स्तोत्र मंत्रोंका विज्ञान

स्वामी श्री सवितानंद

स्तोत्र- मंत्रों का विज्ञान

(कल आज कल)

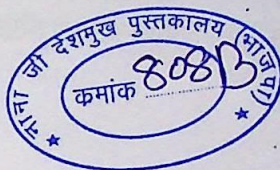
(मूल मराठी)

प्रवचन

स्वामी श्री सवितानन्द

सम्पादन, संकलन, लेखन

सौ. प्रतिभा जयन्तराव कुलकर्णी

M.A.,B.Ed, रावेर

अनुवादक,
रामकृष्ण शर्मा,
रघुरश्मि अशोक नगर भीलवाड़ा (राज)

श्री केशव पब्लिशर्स एंड डिस्ट्रीब्यूटर, नागपूर

प्रकाशक

श्री पंकज प्रमोद खानापुरकर,
श्री केशव पब्लिशर्स एंड डिस्ट्रीब्यूटर,
66, अंबिका अपार्टमेंट, हनुमान नगर, नागपुर-9
फोन नं.-0712-6595032.

प्रमुख वितरक - दिलीप बुक एजन्सी 64, हनुमान नगर नागपूर - 9
भ्रमणध्वनी - 9422871948

हिंदी प्रथमावृत्ति- अक्षय तृतीया (13 मे 2013)

अक्षर जुळवणी व मुद्रक २७२, कृष्णचंद्र एजन्सीज
लक्ष्मीनगर नागपूर - ४४००२२
भ्रमणध्वनी - ९८२२६४१७९४
९८२२३९४७९४

मुखपृष्ठ

श्री जयंत आष्टनकर
भ्रमणध्वनी - ९८५०३४१४७३

मूल्य - ९५ रुपये

जिसके अथक प्रयत्नों के बिना यह पुस्तक
अस्तित्व में नही आती, जिसने तन-मन-धन से
इस पुस्तक के लिए सतत कार्य किया ।

हमारी आत्मजा

चि. सौ. प्रतिभा

(सौ. प्रतिभा जयंतराव कुलकर्णी, रावेर)

व

''भारतीय संस्कृति की नये से पहचान'',
यह सूत्र, यह ध्येय स्वीकार कर, विपरित परिस्थितियों में भी
''प्रसाद'' मासिक व अनेक उत्तम ग्रंथो का प्रकाशन करने वाले
हमारे स्नेही
श्री. मनोहर (बापूसाहब) जोशी की सुकन्या एवं हमारी धर्मकन्या

चि. सौ. उमा

(सौ. उमा उपेंद्र बोडस, कार्यकारी संपादक, ''प्रसाद'', पुणे)
जिससे अपने पिता के कार्य व उद्देश्य को दृढ़तापूर्वक
व जोश से आगे बढ़ाया ।
जिसके साहसी निर्णय के बिना यह पुस्तक प्रकाशित नहीं होती ।
इन दोनों को सस्नेह आशीर्वाद भेंट। (प्रसाद)

- **स्वामी श्री सवितानंद**

अनुवादक का निवेदन

यह मेरा सौभाग्य ही है कि दीर्घकाल के उपरान्त मेरी मराठी साहित्य की जानकारी का उपयोग करने का अवसर प्राप्त हुआ। मैं आदरणीय श्री लाभशंकरजी साहब एवं उनके सुपुत्र श्री ताराचन्द जी तथा आदरणीय राजाधिराज बनेडा श्री हेमेन्द्रसिंहजी का आभार व्यक्त करना चाहूँगा जिन्होंने इस सुकार्य के लिए मेरा चयन किया तथा इसके मुद्रण प्रकाशन सम्बन्धी संपूर्ण दायित्व भी वहन किया है।

श्रध्देय स्वामीजी श्री सवितानन्दजी सामान्य संन्यासी न होकर एक सुविचारक एवं वैज्ञानिक संन्यासी हैं जो आधुनिक काल में अपने सकारात्मक चिंतन से भ्रम निवारण कर समाज और राष्ट्र को ज्ञान समृध्द कर रहे हैं । मुझे दर्शन देने के पश्चात उन्होंने आदेश दिया कि इसी पुस्तक के अगले संस्करण में दो लेख और बढ़ाए गए हैं । उनका भी अनुवाद करूं । अतः उन लेखों को भी अनुवादित कर सम्मिलित कर लिया गया है । उन्होंने ही बताया कि मूल पुस्तक मराठी भाषा में होने से सीमित क्षेत्र में ही उपयोगी है । हिन्दी में अनुवाद के पश्चात इसका क्षेत्र व्यापक हो जाएगा ।

मैंने अपनी पूरी जानकारी के आधार पर यह अनुवाद कार्य सम्पन्न किया है तथापि कहीं कोई त्रुटि अथवा कमी रह गई हो तो क्षमा के साथ अपने अमूल्य सुझावों से अवगत कराने की भी याचना करता हूँ । यह अनुवाद आदरणीय अग्रज श्री बद्रीनारायणजी के आशीर्वाद का ही प्रतिफल है, अतः यह उन्हें ही समर्पित है ।कम्प्यूटर में लेखन एवं हार्ड कॉपी बनाने में मेरे पुत्र श्री चन्द्रशेखर एवं कैलाशचन्द्र ने बहुत परिश्रम किया है इसके लिए धन्यवाद और शुभाशीर्वाद ।

स्थान : भीलवाड़ा
रामकृष्ण शर्मा

''श्री''

प्रकाशक के दो शब्द

यह मेरा अहोभाग्य है कि मुझे मराठी पुस्तक 'स्तोत्र मंत्रांचे विज्ञान' का हिंदी संस्करण प्रकाशित करने का सुअवसर प्राप्त हुआ । इस पुस्तक से ही मै अपने नये प्रतिष्ठान 'श्री केशव पब्लिशर्स एंड डिस्ट्रीब्यूटर्स' का शुभारंभ भी कर रहा हूँ।

हमारे मुख्य प्रतिष्ठान 'दिलीप बुक एजेसी' की स्थापना, वर्ष 1975 मे गुढ़ीपाडवा के दिन मेरे पिताजी स्व. श्री प्रमोदराव खानापुरकर ने की । अल्पावधि मे ही उन्होने 'वैशाली प्रकाशन' नामक प्रतिष्ठान भी प्रारंभ किया । 7-8 किताबे प्रकाशित करने के बाद कुछ कारणवश यह प्रतिष्ठान उन्हे बंद करना पड़ा परंतु दिलीप बुक एजेंसी का कार्यक्षेत्र निरंतर बढ़ता जा रहा था । अच्छी व दर्जेदार पुस्तके लोगों तक पहुंचाना ही मेरे पिताजी का मुख्य उद्देश्य था ।

''स्तोत्र मंत्र विज्ञान'' जैसी उत्कृष्ट व मार्गदर्शक पुस्तक हर घर मे होनी चाहिए, यही उनकी मंशा थी । पिताजी पर लोगो का इतना विश्वास था कि उनमें यह धारणा बन गई था वे जो पुस्तक देंगे, वह अच्छी ही होगी ।

''स्तोत्र मंत्र विज्ञान'' पुस्तक में प.पू. स्वामी श्री सवितानंदजी ने स्तोत्र मंत्रों के विषय में जो अमूल्य मार्गदर्शन किया है, उसने नई पीढ़ी को भी अत्यंत प्रभावित किया । इस पुस्तक के मराठीसंस्करण की बिक्री ने संभवतः एक रिकार्ड स्थापित किया है ।

धीरे-धीरे लोग इस पुस्तक के हिंदी संस्करण की मांग भी करने लगे । इस पुस्तक का हिंदी संस्करण भी अवश्य आएगा इस बात का पिताजी को दृढ़ विश्वास था । उन्होंने कहा भी था कि इसका हिंदी संस्करण जल्द ही उपलब्ध होगा ।

बहुत वर्षो बाद पुनः प्रकाशन व्यवसाय शुरू करने की उनकी इच्छा थी परंतु शायद ईश्वर को यह मंजूर नहीं था ।

उनकी इस अधूरी इच्छा व स्वप्न को पूर्ण करने की अभिलाषा मेरे मन में अवश्य थी अंततः प.पू. सदगुरु स्वामी श्री सवितानंदजी के कृपाशीर्वाद व मेरी माँ के आशीर्वाद से तथा इष्ट मित्रों के सहयोग से मेरे पिताजी का स्वप्न पूरा हुआ है। इस पुस्तक रुपी श्रद्धांजली को पुज्य पिताजी को समर्पित करने मे मुझे अतिव प्रसन्नता हो रही है ।

स्तोत्र मंत्रों का विज्ञान के हिंदी संस्करण के लिए महाराष्ट्र के सुप्रसिद्ध निवृत्त अभियंता एवं मंत्रशास्त्र, मुद्राशास्त्र के गहन अध्ययनकर्ता मा. श्री. रामभाऊ पुजारीजी ने इस पुस्तक की निर्मिती मे अनमोल सहकार्य किया है । इस बात के लिए मै उनका सदैव आभारी रहुँगा । साथ ही "प्रसाद" प्रकाशन की संपादक सौ. उमाताई बोडस ने भी इस कार्य के लिए मुझे अमूल्य मार्गदर्शन किया । मै उनका भी सदैव ऋणी रहूँगा । अंत मे इस संपूर्ण प्रयास के लिए कपिल चांद्रायण का भी आभार व्यक्त करना चाहूँगा । जिन्होंने कदम-कदम पर मेरा साथ दिया और हर संभव सहायता की, यदि इनका साथ नहीं होता तो यह दिन देखना संभवतः मेरे भाग्य मे नहीं होता.

इसके साथ ही कृष्णचंद्र एजन्सी के मालिक श्री. कृष्णाभाऊ कढव व श्रीधरभाऊ धांडे इन्होने भी बहुत मेहनत करके व मुझे अमुल्य मार्गदर्शन करके पुस्तक का काम जल्द से जल्द पुरा किया इसलिये उनका भी मै सदैव ऋणी रहूँगा।

पाठक गणों ने आजतक हमारे उपर जों विश्वास दिखाया और प्रेम दिया यही प्रेम व विश्वास सदैव वृद्धिंगत रहे यही आप सबसे प्रार्थना ।

इस पुस्तक मे कोई त्रृटी हो तो कृपया सुचित करें । अगले संस्करण में इसमें जरुर सुधार किया जाएगा ।

इस कीताब के लिए जाने अनजाने मे जितने लोगो की मदत हुई उन सभी के प्रती हार्दिक आभार ।

- पंकज खानापुरकर

पाठकों से हित चिन्तन

एक लघु कथा । एक व्यक्ति ने एक कुत्ता पाला । कुत्ता उसे बहुत प्रिय था । एक बार वह बीमार हो गया , व्यक्ति उसे डॉक्टर के पास ले गया । डॉक्टर ने एक दवा दी और कहा कि इस दवा को कॉर्डलीवर के तेल में मिला कर कुत्ते को पिला देना । उस व्यक्ति ने कॉर्डलीवर तेल की एक बोतल खरीदी और उसमें दवा को अच्छी तरह मिलाकर कुत्ते के मुँह में डालने का प्रयास किया परंतु कुत्ता मुँह ही नहीं खोल रहा था । बलपूर्वक मुँह खोलने के प्रयास में कुत्ते ने सिर से एक जोर का झटका दिया, बोतल उस व्यक्ति के हाथ से फिसल कर नीचे गिरी और टूट गई सारी दवा फर्श पर फैल गई। कुत्ता दौड़ कर गया और बड़े चाव से नीचे गिरी दवा को जीभ से चाटने लगा । तब उस व्यक्ति के ध्यान में आया कि **कुत्ते का विरोध दवा लेने के लिए न होकर दवा देने के तरीके के प्रति था ।**

संत तुलसीदास विरचित रामचरित मानस में एक सुंदर प्रसंग है । राम-रावण युद्ध में रावण ने राम को नागपाश में बांध दिया था । नागपाश से मुक्त होने के लिए राम ने गरुड़ को बुलाया । गरुड़ ने आकर राम को नागपाश से मुक्त किया परंतु उसके मन में यह शंका उत्पन्न हुई कि जो प्रभु राम अपने भक्तजनों को भवबंधन से मुक्त कर सकते हैं, वे स्वयं नागपाश से मुक्त क्यों नहीं हो पाए, मुझे बुलाने की उन्हें आवश्यकता क्यों पड़ी? क्या ये वही प्रभु श्रीराम हैं या कोई और ? ये अवतारी पुरुष हैं अथवा कोई सामान्य व्यक्ति हैं? उन्होंने ब्रह्मदेव से अपनी शंका के बारे में पूछा. ब्रह्माजी उनकी शंका का निवारण करने की बजाय उन्हें लेकर भगवान शंकरजी के पास गए। भगवान शंकर भी गरुड़ की शंका का समाधान न करते हुए दोनों को लेकर काकभुशुण्डी के पास पहुंचे । काकभुशुण्डीजी ऋषि थे परंतु श्रापवश वे कौवे की योनि में थे । इस संदर्भ में संत तुलसीदास कहते हैं -'खग कै जाणे खग की भाषा' यानी गरुड़ **पक्षी की शंका समाधान के लिए कौवे की अर्थात पक्षी की भाषा । पक्षी की भाषा पक्षी ही समझता है ।** हम

व्यवहार में देखते हैं कि, यदि कुत्ते को भगाना हो तो हट-हट कहते हैं, शुक-शुक कहने से कुत्ता नहीं हटता और बिल्ली को भगाना हो तो शुक-शुक ही कहना पडता है । हट-हट कहने से बिल्ली नहीं हटती ।

कहने का तात्पर्य यह है **जो जिस भाषा में समझता है, उसे उसी भाषा में समझाना पड़ता है ।** यहां उसकी भाषा का अर्थ हिन्दी, मराठी या अंग्रेजी नहीं है । सभी महापुरुष और संत आज की युवा पीढ़ी के युवक और युवतियों पर चिल्लाते रहते हैं, टीका-टिप्पणी करते रहते हैं कि इस पीढ़ी को अध्यात्म, उपासना, ईश्वर तथा धर्म में रुचि नहीं है, आकर्षण नहीं है । यह पीढ़ी नास्तिकों की भाँति व्यवहार करती है, बातें करती है, तर्क-वितर्क करती रहती है । यह झूठा आरोप है आज की पीढ़ी पर । सत्य तो यह है कि उन्हें **स्मृति, श्रृति, पुराण की भाषा नहीं चाहिए ।** उन्हें आज के युग धर्मानुसार विज्ञान की भाषा में समझाने की आवश्यकता है। यदि हम ठीक से समझाएं, संतुष्ट करें, उनके प्रश्नों, तर्कों तथा जिज्ञासा का विज्ञान की भाषा में उत्तर दें तो आज की पीढ़ी भी अध्यात्म और धर्म उपासना में रुचि लेती है । यह मेरा अपना अनुभव है, यह पुस्तक इसी दिशा में किया गया एक प्रयास है ।

एक छोटी सी सत्य घटना बताता हूँ । दक्षिणी ध्रुव पर विश्व के मात्र छः देशों की प्रयोगशालाएं हैं, उनमें से एक भारत की है । इस पर भारतीय वैज्ञानिकों का एक दल प्रति दो वर्षों में एक बार अनुसंधान के लिए जाता है । वह दल वहां छ : माह तक रहता है । तीस वर्ष पूर्व भारतीय वैज्ञानिकों का एक दल वहां गया था । उस दल का नेतृत्व एक महाराष्ट्रियन ब्रिगेडियर के पास था । गोवा के बंदरगाह पर उस ब्रिगेडियर की पत्नी उसे विदा करने आई थी । जहाज की रवानगी के समय उसने एक डायरी अपने पति के हाथ में रखी और कहा- वहां ध्रुव प्रदेश के रोज के अनुभव इसमें लिखते रहना जिससे हम भी उन्हें जान सकेंगे। दल ध्रुव प्रदेश पहुँच गया । रास्ते के घटनाक्रम को लिखने के लिए ब्रिगेडियर ने डायरी खोली । डायरी के प्रथम पृष्ठ पर बड़े- बड़े और सुन्दर अक्षरों

में लिखे हुए वाक्य को पढ़ कर उसे हंसी आई । थोड़ी नाराजगी भी उभरी । उसके मन में आया- ''मैं इतना बड़ा वैज्ञानिक और सेना का उच्चाधिकारी और मेरी पत्नी इतनी भोली-भाली और सीधी साधी ।''

वह वैज्ञानिक प्रतिदिन डायरी लिखने से पूर्व प्रथम पृष्ठ को पढ़कर हंसता था । एक दिन किसी प्रयोग के सिलसिले में वह प्रयोगशाला से 2 किलोमीटर दूर जाने के लिए निकला । आकाश स्वच्छ था । सर्दी भी अन्य दिनों की अपेक्षा कम थी, इसलिए वह थोड़े कपड़े पहनकर ही निकल पड़ा । ध्रुव प्रदेश में भी मरु भूमि या समुद्र की तरह दिशा ज्ञान नहीं रहता । अतः वह बांस की खुंटियां प्रत्येक 100 मीटर पर गाड़ता हुआ चला । उसने प्रयोग आरम्भ किया ही था कि ठीक उसी समय आकाश में बादल मंडराने लगे, घनघोल अंधकार छा गया। बर्फ गिरने लगी । बर्फ इतनी गिरी कि बांस की खूँटियां ढक गईं । अंधेरे के कारण रास्ता खोजना कठिन हो गया । कुछ भी नहीं सूझ रहा था । तापमान एकदम शून्य के नीचे । पर्याप्त कपड़े न होने की वजह से ब्रिगेडियर को ठंड लगने लगी । चलना तो दूर, एक जगह खड़े रहने की शक्ति भी नहीं बची । उसे लगा, अब मैं यहीं कहीं गिर पडूंगा, यहीं कहीं दफन हो जाऊंगा । मेरे सहयोगियों को मेरे शव का भी पता नहीं चलेगा । वे यह भी नहीं जान पाएंगे कि मैं किस जगह दफन हूँ । इस विकट और प्राणघातक परिस्थिति में उसे उस डायरी के प्रथम पृष्ठ पर पत्नी का लिखा वाक्य याद आया । उसने अत्यन्त करुणा से आप्लावित हो कर ईश्वर से प्रार्थना की - ''हे प्रभु, मैं तो स्वभाव से ही नास्तिक हूँ । आज तक कभी भी तेरी प्रार्थना नहीं की । न मेरे मन में तुम्हारे प्रति कभी भी श्रद्धा जागी । पर मेरी पत्नी तो तुम्हारी भक्त है, उसकी सम्पूर्ण श्रद्धा तुम्हें समर्पित है, इसीलिए उसने डायरी में वह वाक्य लिखा । मेरे लिए ना सही, कम से कम उसके लिए तो तुम मेरी सहायता के लिए दौड़ कर आओ, प्रभु मेरी रक्षा करो । मुझे मार्ग दिखाओ । बचाओ ।'' और तभी न जाने क्या चमत्कार हुआ, उसके शरीर में अचानक चेतना आ गई । आत्मविश्वास बढ़ गया, शक्ति लौट आई. उसे ऐसा

अनुभव हुआ मानो कोई उसका हाथ पकड़कर खींचते हुए ले जा रहा है कुछ ही मिनटों में वह प्रयोगशाला में पहुँच गया। सहयोगी आनंदित हुए और आश्चर्यचकित भी। कारण उस स्थिति को देखते हुए सभी ने ब्रिगेडियर के जीवित बचने की आशा छोड़ दी थी। उस रात ब्रिगेडियर डायरी लिखने बैठा। आज उसे डायरी के प्रथम पृष्ट पर लिखे वाक्य को पढ़ने के बाद हँसी नहीं आई, पत्नी का पागलपन भी नहीं जान पड़ा। इसके विपरीत उसकी आँखों में आंसू थे, श्रद्धा से शीश झुका हुआ था, कारण ! उस वाक्य से उसे जीवनदान मिला था। उसने श्रद्धा से बार-बार उसका पठन किया, वहां लिखा था (**When there is nobody to help, call him! (जब कोई भी मदद के लिए न हो, तो उसे पुकारो!)**

स्वामी श्री सवितानन्द

Absence of proof is not proof of absence.

-प्रो. एन्टनी फल्युनि

विज्ञान के पास शक्ति है पर दृष्टि नहीं, गति है पर दिशा नहीं।

-स्वामी श्री सवितानन्द

अनुक्रमणिका

।।माँ शरणम्।।

चि, प्रणव,

जन्मदिन की बहुत बहुत शुभकामनाएं, अभिनन्दन एवं आशीर्वाद । एक बार की बात है। तुम्हांरे जैसा ही होशियार, चपल व कृष्ण जैसा नटखट बालक जिस विद्यालय में पढ़ता था, उस विद्यालय में एक नेता भाषण देने आए। (नेता याने पुढारी)। नेता (पुढारी) का क्या अर्थ है? (पुढ याने आगे, तथा अरि याने शत्रु) अर्थात जो प्रगति करने वाले व्यक्तियों से व्देष रखता है, उनकी प्रगति में बाधाएं खड़ी करता है, वह है नेता। तुम कभी नेता मत बनना । गणनायक बनना, गणाधिपति बनना । वह नेता भाषण देने लगा । अपने भाषण में उसने महात्मा गाँधी से लेकर छत्रपति शिवाजी तक अनेक महापुरुषों और बड़े-बड़े लोगों के बारे में कुछ न कुछ कहा । फिर बालकों से पूछा - बच्चों क्या आपके गाँव में कभी कोई बड़ा आदमी पैदा हुआ है ? इस पर एक होशियार और नटखट विद्यार्थी ने उत्तर दिया - नहीं साहब । हमारे गांव में तो छोटे-छोटे बच्चे ही जन्म लेते हैं, बड़े आदमी नहीं । उत्तर सुनकर वह नेता शर्मिंदा हो गया ।

इस लघुकथा का अर्थ क्या है? जितने भी बड़े लोग हुए हैं, वे भी पहले छोटे बालक ही तो थे ? छोटे बच्चे अच्छी तरह से पढ़कर, उत्तम गुण, उत्तम संस्कार ग्रहण कर, गिरते, पड़ते, मेहनत करते, धक्के खाते, खुली आँखों से संसार के अनुभव प्राप्त करते हुए, कानों से अच्छी बातें और दूसरों के अनुभव सुनते हुए बड़े होते हैं । हम जहाँ सिर झुकाते हैं, जिसे प्रणाम करते हैं उस भगवान की मूर्ति कैसे तैयार होती है? छेनी (टाँकी) और हथौड़ी के घाव सहन करके ही ना? इसीलिए कहते हैं छेनी के घाव सहन किये बिना देवत्व प्राप्त नहीं होता'' ।

एक छोटी लघु कथा बताता हूं। संगमरमर के पत्थरों का व्यापार करने वाले एक व्यापारी की दुकान के सामने एक बड़ा सा संगमरमर का पत्थर पड़ा था। उसे कोई खरीदार नहीं मिल रहा था । सड़क पर होने के कारण आने-जाने

वालों को बाधा होने लगी । लोग शिकायत करने लगे । नगरपालिका बार-बार नोटिस भेज रही थी । व्यापारी परेशान रहने लगा, एक दिन अचानक एक व्यक्ति आया और व्यापारी से पूछा - सेठजी, क्या आपको यह पत्थर बेचना है ? सेठजी बोले - भाई तू इसे मुफ्त में ले जा पर कैसे भी इसे यहाँ से हटा । उस व्यक्ति ने कुछ पैसे दिये और पत्थर ले गया । कुछ दिनों बाद वह व्यक्ति सेठजी को अपने घर ले गया । वहाँ भगवान कृष्ण की एक अति सुन्दर मूर्ति देखकर सेठजी को आश्चर्य हुआ । सेठ जी ने पूछा - आप यह मूर्ति कहाँ से लाए ? मूर्तिकार ने हंसते हुए उत्तर दिया - उस दिन आपकी दुकान के बाहर पड़ा पत्थर लाया था न, उसी पत्थर से यह मूर्ति तैयार हुई है । **मूर्ति उसी पत्थर में थी । I removed unwanted. मैंने उस पत्थर में से अनावश्यक भाग को निकाल दिया और यह मूर्ति प्रकट हो गई ।**

तुमने कई बार देखा होगा हम दीपक जलाते हैं, अथवा मोमबत्तियां जलाते हैं, ठीक उसी समय यदि जोरों से हवा चलने लग जाए तो क्या होगा ? दीपक और मोमबत्तियां बुझ जाएंगी । है ना ? यदि किसी घर में अथवा घास के ढेर में, घास के गड्ढे में, वन में, वृक्षों में आग लग जाए और जोर की हवा चलने लगे तो क्या होगा ? क्या आग बुझ जाएगी ? नहीं, इसके विपरीत बढ़ेगी । भयंकर रूप धारण कर लेगी । एकदम विपरीत होता है ना ? ऐसा क्यों ? इससे हमें क्या शिक्षा मिलती है ? **''यदि हम कमजोर हों, यदि हममें आत्मविश्वास की कमी हो, हममें हिम्मत का अभाव हो, हम काम करनें में आलसी रहें तो थोड़ी सी विपरीत परिस्थिति भी हमारी प्रगति के दरवाजे बन्द कर देती है । हमारा विकास रुक जाता है, समाप्त हो जाता है, बुझ जाता है । पर इसके विपरीत अगर हम मजबूत (शरीर और मन से) हों, हममें प्रबल आत्मविश्वास हो, हिम्मत हो व मेहनत करने और कष्ट उठाने का साहस हो तो प्रतिकूल परिस्थितियाँ भी हमारे अनुकूल हो जाती हैं ''** इतना ही नहीं उस प्रतिकूल परिस्थिति का भी हम उपयोग कर सकते हैं । प्रश्न हवा का नहीं, तुम में चेतना कितनी बड़ी, कितनी छोटी है, इस बात का है । इसी पर सब कुछ निर्भर है ।

प्रणव, तुम्हें यह पत्र लिख रहा था तभी तुम्हारी माताजी का फोन

आया । उन्होंने मुझे शुभ समाचार दिया कि इसी वर्ष तुम्हारा यज्ञोपवीत संस्कार सम्पन्न होना है । यज्ञोपवीत संस्कार अर्थात् मौजी बंधन । शुभ समाचार से आनंद का अनुभव हुआ । पत्र समाप्त करने की बजाय थोड़ा विस्तार कर रहा हूँ। इस पत्र को सम्भाल कर सुरक्षित रखना । मनु स्मृति में कहा गया है, जन्म लेने वाला प्रत्येक व्यक्ति शूद्र है, उस पर यथा योग्य संस्कार करने पर वह व्दिज होता है (जन्मना जायते शूद्रः संस्कारात व्दिज उच्चते) व्यवहार में व्दिज शब्द का अर्थ ब्राह्मण हो गया । यह भी गलत ही है क्योंकि प्राचीनकाल में क्षत्रिय और वैश्यों में भी यज्ञोपवीत संस्कार होता था । व्दिज शब्द का एक अर्थ और भी है । व्दिज याने पक्षी । पहला जन्म अंडे का, दूसरा अंडा फूटने पर पक्षी का । पक्षी अंडे में से बाहर आने के बाद कुछ ही दिनों में आकाश में उड़ान भरने लगता है । तुम्हारा यज्ञापवीत संस्कार होनेवाला है अर्थात तुम व्दिज होने वाले हो । प्राचीनकाल में चारदीवारी में संकुचित और संकीर्ण वातावरण से बाहर निकल कर ज्ञानार्जन हेतु गुरु के पास जाना होता था । पक्षी जैसे गगन में विहार करता है वैसे ही बालकों को पूर्व के संकुचित वातावरण को छोड़कर ज्ञानगगन में ज्ञान के विस्तृत नभ में विहार करना है, इसलिए यज्ञोपवीत संस्कार किया जाता है - व्दिज होने के लिए । जब हम पढ़ते थे तब हमारी पाठयपुस्तक में एक कविता थी, उसका एक पद याद रह गया है -

''ये बाहेरी तू अण्डे फोडुनी ।
शुध्द मोकळया वातावरणी ।
का गुदमरीसी आतच कुंठुनि ।
रे मार भरारी जरा वरी ।।
रे खिन्न मना बघ जरा तरी ।।''

(तू अण्डे को फोड़ कर बाहर आ, शुध्द और स्वतंत्र वातावरण में आ । अन्दर कुण्ठा से क्यूं मरा-मरा जी रहा है । अरे एक उड़ान ऊपर की ओर भर, रे उदास मन जरा ऊपर की ओर तो देख)

यही तुम्हारे लिए यज्ञोपवीत संस्कार का अर्थ है । ज्ञान प्राप्त कर बडा होना है । महान होना है । किसके जैसा ? मनुष्य का आदर्श कौन होना चाहिए?

किसका अनुकरण करना चाहिए ? इन सभी प्रश्नों का एक शब्द में उत्तर देना हो तो वह है ''**कृष्ण**'' । **हमारा आदर्श होना चाहिए कृष्ण. अब कृष्ण ही क्यों?** तो इसका उत्तर कृष्णजी की स्तुति के एक श्लोक में है -

'' वसुदेवसुतं देवं कंस चाणूर मर्दनम् ।
देवकी परमानंदम् कृष्णं वंदे जगद्‌गुरुम् ।।''

इस श्लोक में क्या अर्थ और विशिष्टता है? कृष्ण के लिए 'वसुदेवसुत' शब्द का प्रयोग किया गया है अर्थात वह वसुदेव का पुत्र है । इस शब्द में दो रहस्य हैं । पहला - पिता को जिस पर गर्व हो, ऐसा उसका विराट और महान कर्तृत्व है । उसी प्रकार मेरा पुत्र है, यह कहने में पिता को आनंद व गर्व का अनुभव होता है । परिवार की, वंश की कीर्ति को वृद्धिंगत करने वाला पुत्र है । सभी को आनंद हो, ऐसा यश और कीर्ति श्री कृष्ण ने प्राप्त की है । तथापि लेशमात्र भी अहंकार न होने देते हुए, स्वयं को वसुदेव का पुत्र कहलाने और इसी आशय से अपना परिचय देने में गर्व का अनुभव ही उनकी महानता है । यह दूसरा रहस्य । बचपन में ही कंस, चाणूर जैसे महाबली राक्षसों का उन्होंने वध किया. ऐसे शूरवीर और महापराक्रमी होते हुए भी माता देवकी के सामने वे एक सरल बालक हैं और अपनी सहज बाल लीलाओं से माता को आनंदानुभूति कराने वाले हैं, वे देवकी के परमानन्द हैं । माता के सामने बाललीला करने वाले के रूप में पहचाने जाने वाले श्री कृष्ण अर्जुन को निमित्त बनाकर संपूर्ण संतप्त व व्दिधाग्रस्त संसार को गीता का उपदेश देते हैं। 'ऐसे ये सम्पूर्ण जगत के गुरु जगतगुरु हैं । इतने विव्दान व इतने ज्ञानी हैं'। तो ऐसे कृष्ण सरीखे बनने के लिए क्या करना होगा ? विशेष कुछ नहीं । ये कृष्ण तो हममें ही विद्यमान हैं' । हमें केवल ऊपर कही गई कथानुसार (मूर्ति व मूर्तिकार) केवल अनावश्यक भाग (Unwanted) निकाल कर अलग करना है और उसके लिए कौन सी छेनी, हथौड़ी की आवश्यकता है ? तो वह है, गायत्री मन्त्र और संध्योपासना ।

लोहे का एक छोटा सा टुकड़ा । कीमत पांच रुपये । इस टुकड़े से तार

या सांकल तैयार की तो कीमत पच्चीस रुपये और यदि उस की सुइयां बनाईं तो? कीमत पच्चीस सौ रुपये । यदि इसी लोहे के टुकड़े से घड़ी के पार्ट्स तैयार किये तो कीमत पच्चीस हजार रुपये । लोहे का टुकड़ा (स्टील)वही है तो फिर कीमत में इतना अन्तर कैसे ? इसकी बनावट से । मनुष्य के विषय में भी कुछ ऐसा ही है । दूसरी तरह से देखें तो । पत्थर का कोयला किलो से ही क्यों, टनों (ट्रकों) से बेचा जाता है पर कोयले के आकार के हीरे के टुकड़े की कीमत लाखों-करोडों रुपये होती है । वह किलो में नहीं बिकता । नगों से बिकता है । लाखों-करोड़ों का एक। रसायनशास्त्र की दृष्टि तो पत्थर का कोयला और हीरा दोनों कार्बन के ही रूप हैं । दोनों के लिए रासायनिक संक्षिप्त सांकेतिक नाम भी एक 'C' परन्तु कीमत ? यह अंतर कैसे आ गया ? अंदरूनी बनावट से । भारी दबाव (Pressure) व ऊष्णता (Temperature) के कारण कोयला हीरे के रूप में परिवर्तित होता है । मनुष्य के विषय में भी ठीक ऐसा ही है । भिखारी हो या चक्रवर्ती सम्राट, चोर हो या सज्जन, आम आदमी हो या महान संत, सामान्य सैनिक हो या छत्रपति शिवाजी, सभी के दो हाथ, दो पैर, दो आँखें, दो कान हैं । शरीर सभी का समान है । तो फिर अंतर क्या है? अंतर है संस्कारों का । और इसी दृष्टि से तुम्हारा अभी यज्ञोपवीत संस्कार हो रहा है । उस दिन तुम्हें गायत्री मंत्र की दीक्षा दी जाएगी । गायत्री मंत्र का संबंध सूर्य से है और सूर्य का संबंध बुध्दि से है । अतः गायत्री मंत्र का संबंध बुध्दि से है । इस मंत्र से व्यक्ति मेधावी होता है । मेधावी अर्थात् जिसकी ग्रहणशक्ति तीव्र और स्मरणशक्ति भी तेज है । गायत्री मंत्र से बुध्दि केवल तेजस्वी ही नहीं, निर्मल भी होती है । संध्योपासना से आन्तरिक बल बढ़ता है । प्राणायाम से शारीरिक व मानसिक स्वास्थ्य अच्छा रहता है । गायत्री मंत्र व संध्योपासना मनुष्य के आन्तरिक विकास में महत्वपूर्ण योगदान देती है, महत्वपूर्ण भूमिका (Role) निभाती है । अब तुम रोज प्रातः गायत्री मंत्र का उच्चारण व संध्या करो । यदि रोज सम्भव न हो तो प्रत्येक रविवार को गायत्री मंत्र का हवन करो और बहुत बड़े आदमी बनो । तुम्हारे माता-पिता, दादा-दादी, बहनों, काका-काकी, मामा-मामी, तथा मौसी-मौसा, सभी

सम्बन्धियों, पड़ोसियों को ही नहीं पूरे रावेर के लोगों को, समाज को, देश को और धर्म को तुम पर गर्व होना चाहिए । तुम्हारे प्रति सबके मन में अपनापन होना चाहिए । सभी कहें-प्रणव न, वह तो हमारा ही है ।

आशीर्वाद सहित

(स्वामी श्री सवितानन्द)

श्रध्दावान लभते ज्ञानं तत्परः संयतेन्द्रियः

नहि ज्ञानेन सदृश्यं पवित्रमिह विद्यते

स्वल्पमस्यं धर्मस्य त्रायते महतो भयात्

सा विद्या या विमुक्तये

-- भगवद्गीता

तिथि मुहूर्त संध्या : विज्ञान

विचार कीजिए ऐसी कौन सी तारीख है जब समुद्र में ज्वार-भाटा आता है ? नहीं मालूम ना ? कारण, तारीख के पीछे कोई विज्ञान नहीं है । तारीख केवल एक मानसिक परिकल्पना है । बुध्दि का और सुविधा का एक खेल । तिथि के पीछे विज्ञान है । तिथि-मुहूर्त का संबंध चन्द्र-सूर्य से है ठीक इसी प्रकार संध्योपासना का संबंध सूर्य -चन्द्र के उदय और अस्त से है, इसीलिए संध्या भी एक विज्ञान है । आधुनिक विज्ञान में इस विषय में क्या-क्या अनुसंधान हुए, वे ध्यान में लाने चाहिए । इसे अनेक दृष्टिकोणों से इसे समझना है । इसके पहले कुछ परीक्षण और स्वानुभव बताता हूँ । जिन अनेक महत्व की बातों की तरफ हमने कभी ध्यान नहीं दिया, जो हमारे जीवन से जुड़ी हुई हैं और उनके गम्भीर और दुखद परिणाम हमें भोगने पड़ते हैं, उसकी चर्चा कर लें, जरा सावधान होइये ।

तारीख निश्चित नहीं है पर तिथि निश्चित है । जिस तिथि को समुद्र में ज्वार-भाटा आता है वह है चतुर्दशी-पूर्णिमा, चतुर्दशी - अमावस्या। समुद्र और चन्द्रमा का जो विशेष सम्बन्ध है, वह विज्ञान अभी तक खोज नहीं पाया । यह समझने के लिए हम इतना ही विचार करें कि चन्द्रप्रकाश का समुद्र के पानी पर विशेष परिणाम होता है, उसी कारण से ज्वार-भाटा आता है । यह परिणाम केवल समुद्र के पानी पर ही नहीं बल्कि अपितु नदी, नाले, कुआं, तालाब इत्यादि के पानी पर भी होता है, परंतु वह दृष्टिगोचर नहीं होता, इतना ही।

मान लीजिए, बस में दो मित्र एक ही सीट पर बैठकर यात्रा कर रहे हैं. ग्राम की कच्ची सड़कों पर से बस जा रही है । दोनों में से एक के कपड़े सफेद, स्वच्छ और दूसरे के गहरे रंग के हैं. दोनों के बस में से उतरने पर सफेद कपड़े गंदे दिखाई देंगे और गहरे रंग के कपड़े वैसे ही दिखाई देंगे, जैसे थे । क्या इसका अर्थ ये लगाएंगे कि धूल ने केवल सफेद रंग के कपड़ों पर ही प्रेम किया और अन्य पर ध्यान नहीं दिया । गहरे रंग के कपड़े वैसे ही रहे, ऐसा नहीं है, केवल गहरे रंग के

कारण कपड़े में धूल दिखाई नहीं दे रही है ।
थोड़ा विषयान्तर करके एक बात बताता हूँ । यह एक बहुत बड़ा भ्रम है कि फ्रिज में रखा हुआ खाद्य पदार्थ खराब नहीं होता. इस भ्रम के कारण हम अपने पेट के व अन्य रोग बढ़ाते है. फ्रिज के अन्दर भी प्रत्येक खाद्य पदार्थ पर एक रासायनिक प्रक्रिया-विघटन होता ही रहता है। गरमी के दिनों में दोपहर की सब्जी-चावल, दाल शाम तक खट्टी हो जाती है अर्थात् खराब हो जाती है। फ्रिज में रखी वस्तु ठंडी होने से खट्टी गंध नहीं आती, इसलिए भ्रम निर्माण हो जाता है परंतु पर वह खराब ही है और स्वास्थ्य के लिए हानिकारक है ।

हमारे शरीर में भी ८0 % प्रतिशत पानी है । उस पर भी चन्द्र प्रकाश का परिणाम होता है । सात्विक, राजसी, तामसी आहार के विषय में ज्ञानेश्वर महाराज ने एक बहुत अच्छा उदाहरण दिया है । पानी गरम करना हो तो जलती हुई लकड़ी को पानी में नहीं डालते, पात्र गरम हो जाए तो पानी गरम हो जाता है। इसी प्रकार आहार का शरीर पर परिणाम होता है । शरीर में मन है । तामसी आहार मन की तामसिकता बढ़ाता है । उसी प्रकार शरीर के पानी पर चन्द्र प्रकाश का जो परिणाम होता है वह पर्याय में मन पर होता है । जिन लोगों को मिरगी के दौरे पड़ते हैं, उसके लिए भी चन्द्र प्रकाश ही कारण है । दौरों के लिए मेडिकल साइन्स में शब्द है एपेलेप्सी : लेटिन शब्द एपेल याने चन्द्र । इसी तरह मेडिकल साइन्स में एक शब्द और है ल्यूनाटिक । ल्यूना अर्थात चन्द्र और ल्यूनाटिक अर्थात ऐसा विक्षिप्त जिसको चन्द्रकला के अनुसार न्यूनाधिक पागलपन के दौरे पड़ते हैं.जैसे-जैसे पूर्णिमा पास आएगी, वैसे-वैसे पागलपन के दौरे बढ़ते जाएंगे । पूर्णिमा के बाद धीरे-धीरे कम होने शुरू हो जाएंगे । दौरों में व्यक्ति के हाथ-पांव टेढ़े-मेढ़े नहीं होते क्योंकि दौरों का सम्बन्ध शरीर से न होकर मन से है । ल्यूनाटिक शब्द बताता है कि चन्द्रमा का मन से बहुत निकट का संबंध है ।

कुछ तर्कवादी लोग कहते हैं- 'चन्द्र-सूर्य का, ग्रहनक्षत्र का हम पर क्या परिणाम होने वाला है ? हम उनसे एक प्रश्न पूछते हैं । वृक्ष की और तुम्हारी तुलना करने पर अधिक सजीव, अधिक चेतन, अधिक क्रियाशील कौन है? अर्थात् तुम स्वयं । आपने वृक्ष के तने में अन्तर भाग में लम्बवर्तुल देखे होंगे, ये

किससे पड़ते हैं ? कब पड़ते हैं? वृक्ष की आयु कैसे नापते हैं ? सूर्य में हर 11 वर्ष में एक विस्फोट होता है । यह खगोल वैज्ञानिकों का निष्कर्ष है । विस्फोट के वर्ष में धूप और गर्मी बहुत बढ़ जाती है । वर्षा और ठण्ड कम होती है । जब सूर्य में विस्फोट होता है, उस वक्त वृक्ष के तने में एक लम्बवर्तुल बनता है । सूर्य की ऊष्णता का परिणाम वृक्षों पर होता है, यह हमें ज्ञात है ही । सूर्य के प्रकाश से विटामिन डी मिलता है, ये तो हम ५वीं कक्षा में ही पढ़ लेते हैं । औषधि और साग-सब्जी व्दारा हमें अल्प प्रमाण में विटामिन डी मिलता है, अलग-अलग औषधियों से B Complex, Iron, Zinc, CEIA etc मिलता है परन्तु किसी भी दवा में विटामिन 'D' नहीं होता । विटामिन 'D' की कमी से अस्थियां कमजोर हो जाती हैं। यह केवल सूर्य के प्रकाश से ही प्राप्त होता है ।

दूसरे महायुध्द के बाद हिटलर की पराजय पर मित्र राष्ट्रों ने जर्मनी की जीत के पश्चात् उस राष्ट्र के जिन कैदियों को काली कोठरियों में रखा था, उन्हें बाहर आने पर अपने नाम भी याद नहीं रहे । डॉक्टरों को जब बताया गया तो उन्हें भी आश्चर्य हुआ । इतनी विस्मृति किससे हुई ? बाद में प्रयोग से यह ध्यान में आया कि काल कोठरी में सूर्यप्रकाश नहीं मिलने से उनकी स्मृति नष्ट हो गई। सूर्य प्रकाश का संबंध मनुष्य की बुध्दि से है । हमारी तिथियां इसी पर आधारित हैं । मुहूर्त का, चन्द्र-सूर्य का नक्षत्र राशि की गति से संबंध है ।

गणित की भाषा में कहना हो तो अ = ब व ब = क अर्थात् ही अ = क सिध्द होता है । उसी प्रकार मन, बुध्दि, चन्द्र, सूर्य, नक्षत्र, तिथि, राशि एक-दूसरे से संबंधित हैं । ऑस्ट्रेलिया में हुए एक प्रयोग से ये सिध्द हुआ कि पूर्णिमा के दिन अनेक लोगों के मन में आत्महत्या का विचार आता है । भारत के एक डॉक्टर सीपी ठाकुर और विदेश के दो अलग-अलग देशों के वैज्ञानिक, इन तीनों ने मिलकर संसार में होने वाली हत्या, आत्महत्या, दुष्कर्म, चोरी, दुर्घटना आदि आंकड़ों का अध्ययन किया. इससे जो निष्कर्ष निकला, वह आश्चर्यजनक है । भारत में ही नहीं, सारे संसार में दुर्घटना, आत्महत्या व अन्य अपराध अन्य दिनों की अपेक्षा पूर्णिमा को अधिक हुए और उन्होंने लोगों को यह सलाह दी कि पूर्णिमा के दिन चन्द्र प्रकाश में समंदर के किनारे घूमने जाने की बजाय घर में ही

रहें। उस दिन आपकी इच्छा न होते हुए भी अचानक अपराध, दुर्घटना हो सकती है। हमारे ऋषि-मुनियों ने सामान्य मनुष्य के लिए विज्ञान की भाषा का उपयोग न करते हुए पाप-पुण्य की भाषा का प्रयोग किया। रूपक कथा व पाप-पुण्य की बातें कहीं। उदाहरणार्थ एकादशी का व्रत। हम जानते हैं कि यदि गेहूं में घुन लग जाए तो उसे धूप में रखते हैं, चावल में कीड़े लग जाएं तो उसे धूप में नहीं रखते। चावल पर सूर्य के प्रकाश का ऐसा परिणाम होता है कि चावल के दाने कमजोर होकर उनका चूरा हो जाता है। सूर्य प्रकाश अन्य दिनों की अपेक्षा एकादशी को अधिक लम्ब रूप में होता है। उस दिन चावल नहीं खाना चाहिए, इसलिए एकादशी का व्रत। भारतीय प्राचीन संस्कृति गंगा के किनारे विकसित हुई। चावल मुख्य अनाज। अब सामान्य व्यक्ति को "आप एकादशी को चावल मत खाना" यह कहने की अपेक्षा तथा इसके पीछे का विज्ञान बताने की अपेक्षा "आप उस दिन उपवास करो, पुण्य मिलेगा", यह कहना अधिक उपयुक्त व योग्य था। यह प्रयोग करके देखिए। एकादशी के दिन उपवास करें या ना करें परन्तु चावल या चावल से बने खाद्य पदार्थ न खाएं। जिन लोगों को पेट का वायु विकार है, उन्हें इस प्रयोग से ५० प्रतिशत लाभ होगा। इसी प्रकार मोटरसाइकिल चलाते समय जिनकी कमर दुखती है, उन्हें आराम मिलेगा। स्थूलता कम होगी। आलस्य और जड़ता अनुभव हो रही होगी तो वैसा न होकर उत्साहवर्धक, तरोताजा महसूस होगा। यदि अधिक लाभ चाहिए तो दोनों पक्षों में (कृष्ण-शुक्ल) दशमी, एकादशी, व्दादशी इन तीन दिनों में चावल के खाद्य पदार्थ न खाए। आप कई बार बीमार पड़े होंगे। कब बीमार पड़े और कब स्वस्थ हुए, कितने दिनों में स्वस्थ हुए ? इसका अभिलेख नहीं रखा हो तो अब ध्यानपूर्वक अभिलेख रखिये।

आपको आश्चर्य होगा कि प्रतिपदा से अष्टमी की अवधि में आप बीमार हुए तो शीघ्र ही स्वस्थ होंगे परंतु यदि अष्टमी से पूर्णिमा अथवा अमावस्या की अवधि में बीमार हुए तो शीघ्र स्वस्थ होने की संभावना कम होगी। वनस्पति शास्त्र में यह निष्कर्ष मिलता है कि शुक्ल अष्टमी से पूर्णिमा और कृष्ण अष्टमी से अमावस्या की अवधि में वनस्पति व्दारा भूमि से जल शोषण बढ़ता है और

प्रतिपदा से अष्टमी तक कम होता जाता है । यदि किसी गीले हरे वृक्ष को प्रतिपदा से अष्टमी की अवधि में काटा गया तो उसके जल्दी सूखने की संभावना अधिक व अष्टमी से पूर्णिमा की अवधि में काटा गया तो उसके सूखने में अधिक समय लगेगा । बीमारी में 'उपवास' एक श्रेष्ठ औषधि और उत्तम उपाय है । सभी धर्मों में उपवास को महत्व दिया गया है, इसके पीछे भी विज्ञान है ।

'एकादशी दुगुना भोजन' ठीक नहीं । यदि उपवास किया तो पानी पीने की व शरीर में पानी की मात्रा अंशात्मक कम होगी । स्वास्थ्य में सुधार होगा । आधुनिक मेडिकल साइन्स के जनक हेपोक्रेट जिनके नाम से डॉक्टरों को उपाधि (डिग्री) देते वक्त शपथ दिलाई जाती है, वे आद्य संस्थापक कहते हैं कि ऐसा देखने में आया हैं कि डॉक्टर वही, ऑपरेशन थियेटर वही और उसमें उपकरण भी वही, तो फिर भी एक शल्य क्रिया सफल होती है, दूसरी निष्फल, तीसरी कष्टदायक। घाव, टांके पकना, सड़ना, पस होना, ऐसा क्यों होता है ? उन्होंने आगे कहा है जिनकी जन्म राशि में उस दिन चन्द्र हो तो ऑपरेशन न करना हितप्रद होगा । अचानक तत्काल ऑपरेशन करना आवश्यक है, ऐसे केस 10 % भी नहीं होते। बाकी 90 % ऑपरेशन पूर्वनियोजित होते हैं । उन्हें आगे-पीछे किया जा सकता है । मान लीजिये आपकी राशि सिंह है. महीने में केवल सवा दो दिन ही चन्द्र, सिंह राशि में रहता है, इस अवधि को टालिये । डॉक्टरों को यश मिलेगा और आपको कष्ट नहीं. यह हमने अथवा किसी ज्योतिषी, भारतीय व्यक्ति ने नहीं कहा है बल्कि मेडिकल साइन्स के जनक ने कहा है । इस पर ध्यान दीजिये कि तिथि से आपका क्या और कितना सम्बन्ध है ? अमेरिका के वैज्ञानिकों ने कुछ दिनों पहले एक विचित्र प्रयोग किया । गहरे समुद्र में रहने वाले कई जीवों (मछलियां व तत्सम अन्य जीव) को पकड़ा । एक कांच की बन्द पेटी में पानी भरकर आवश्यक सुविधा उपलब्ध करा कर समुद्र से एक हजार किलोमीटर दूर के एक शहर की प्रयोगशाला में रख कर निरीक्षण किया । उन्हें इस प्रयोग में एक विचित्र बात दिखी । पूर्णिमा के दिन वे सभी प्राणी अस्वस्थ व बेचैन हो कर उस काँच की पेटी में इतनी तीव्रता से हलचल करने लगे मानो उस काँच की पेटी को खोल कर बाहर आना चाहते हों । पूर्णिमा के बाद अपने आप शांत । हमें पूर्णिमा

कब है, यह जानने के लिए पंचांग देखना पड़ता है पर समुद्र के उन जीवों को कैसे पता लगा ? ऐसा भी नहीं कि वे खुले आकाश के नीचे थे । प्रयोगशाला के अंदर के वातावरण में, जहाँ बाह्य जगत से कोई संबंध ही नहीं, दिन है कि रात है ये भी पता नहीं, ऐसी जगह उन समुद्र के जीवों पर यदि परिणाम होता है तो आप पर क्यों नहीं होगा ?

आप अपने जीवन के अनुभवों को याद करके देखिये । कभी-कभी ऐसा होता है कि आपके छोटे बच्चे के हाथ से रुपये-दो रुपये का काँच का गिलास अथवा कप गिर गया तो आप उसके गाल पर थप्पड़ मार देते हैं । और कभी-कभी पचास-सौ रुपये का काँच अथवा 'टी' सेट उसके हाथ से गिर कर टूट जाए तो भी बच्चा है, मस्ती करेगा हा , ऐसा कहकर उस पर ध्यान नहीं देते हैं. हाथ उठाना तो दूर । ऐसा क्यों होता है ? क्या आपने इस बात का कभी विचार किया हैं ? आप वही हैं, आपका बच्चा वही है. नुकसान हुआ तो भी आपके व्यवहार में ऐसा फरक क्यों पड़ा ? आपको कभी पकौड़े, बंगाली मिठाई खाने की इच्छा होती है, तो कभी जो मिला उसे खाकर संतुष्ट हो जाते हैं । आप गृहस्थाश्रम में हैं तो कामवासना होनी ही है । कभी किसी व्यक्ति को संपूर्ण महीने तक काम वासना नहीं सताती । कभी तीव्र होती है, कभी मध्यम, कभी मन्द और कभी अनिच्छा, ऐसा क्यों होता है? कमी आपको मन्दिर में जाने की इच्छा होती है और कभी बिल्कुल नहीं होती । कभी मित्रों-रिश्तेदारों से मिलने की इच्छा होती है और कभी अकेले रहने की इच्छा होती है. क्या आपने अपने इस व्यवहार का कभी अध्ययन किया है ? अब आप ऐसा कीजिये, प्रतिदिन लिखिये । तारीख की आवश्यकता नहीं है । पंचांग प्राप्त कर तिथि के अनुसार लिखिये । तिथि लिख कर उसके आगे आपकी उस दिन की मनःस्थिति, क्रोध आया (छोटी सी बात पर भी), क्रोध नहीं आया (बड़ी घटना होने पर भी) काम वासना उत्पन्न हुई, तीव्र-मध्यम-मन्द, खाने-पीने की, सिनेमा देखने की, सत्संग के लिए मन्दिर जाने की इच्छा हुई, नहीं हुई वगैरह वगैरह । दिन भर की सारी विशेष बातें लिखिये । प्रसन्न होना, उदास होना, लिखिये और पूरे वर्ष के पश्चात् इस दैनन्दिनी को देखिये । तिथि और चन्द्र राशि के अनुसार घटनाओं का वर्गीकरण कीजिये । आपको आश्चर्य

होगा कि, विशिष्ट तिथि को आपकी विशिष्ट इच्छा तीव्र, मध्यम, मन्द होती है । विशिष्ट तिथि को इन इच्छाओं में समानता मिलेगी, एक cyclic order मिलेगा। प्रत्येक के लिए इन वासना विकारों की, इच्छा-अनिच्छा, प्रसन्नता-उदासीनता की तिथि अलग-अलग होगी । आपकी जन्म पत्रिका पर विशेषतः चन्द्र, सूर्य कौन से स्थान में अथवा किस राशि में हैं, किस ग्रह के साथ हैं और किस ग्रह की दृष्टि है, इसके आधार पर आप पर तिथि का न्यूनाधिक परिणाम होगा । (अभी विश्व खगोलशास्त्र परिषद के अध्यक्ष ने (महान खगोल वैज्ञानिक) स्वीकार किया और घोषणा की, कि आकाश के ग्रह-नक्षत्रों का मानवीय जीवन पर निश्चित ही शारीरिक व मानसिक परिणाम होता है ।)

किसी व्यक्ति को पंचमी को क्रोध आएगा तो दूसरे को अष्टमी को, तीसरे को व्दादशी को । किसी व्यक्ति की प्रतिपदा को काम वासना तीव्र होगी, दूसरे को सप्तमी को और किसी को पूर्णिमा को । व्यक्ति-व्यक्ति में अन्तर आएगा परन्तु प्रत्येक व्यक्ति के विषय में उसी का पुनंरावर्तन होगा । यदि प्रत्येक ने स्वयं की ऐसी तिथि के अनुसार गणना कर, अपने लिए अच्छी-बुरी तिथि ढूंढ कर निकाल ली तो अधिक सुख प्राप्ति व दुंख टालने में बड़ी मदद मिलेगी । समझिये, जिस दिन क्रोध की तिथि होगी उस दिन अच्छे सत् पुरुष के सहवास में रहने पर क्रोध टाल सकेंगे । बुरे विचार अथवा विकार की प्रधानता जिस तिथि को होगी, उस तिथि को गर्भधारणा टाली जा सकेगी तथा बुरी संतान से होने वाले मनःस्ताप व तीव्र दुःख स्थायी रूप से टाले जा सकेंगे । ऐसे अनेक लाभ हैं।

यदि यह बात अच्छे से समझ में आ गई तो आप जान जाएंगे कि मुहूर्त क्या हैं? अभी आप यह नहीं बता सकेंगे कि किस तिथि को आप प्रसन्न रहेंगे । ज्योतिषशास्त्र ने ग्रह-नक्षत्र, सूर्य-चन्द्र, तिथि और आपकी पत्रिका की जन्म राशि के आधार पर पहले से ही अनुमान लगाने की व्यवस्था कर रखी है कि आपके लिए शुभ कार्य करने की कौनसी तिथि अच्छी है ! इस जगत की उत्पत्ति ॐ की तरंग से हुई । यह बहुत कठिन व गहन विषय है । शाब्दिक चर्चा से समझने जैसा नहीं है । ॐ सह सृष्टि में सात प्रकार के नाद हैं जिन्हें अनहत नाद कहते हैं । सही शब्द है अनाहतनाद । अनाहतनाद अर्थात आहत-आघात से न

होने वाला अर्थात अपने आप उत्पन्न होने वाला नाद । बाकी के नाद जो आघात या ठोकने या घर्षण से उत्पन्न होते हैं, वे आहत नाद हैं । ध्वनि सृष्टि में सात प्रकार के नाद हैं. हमारे शरीर में अलग-अलग प्रकार की ध्वनि उत्पन्न होती है। जैसे हृदय की धक-धक, रक्ताभिसरण का प्रवाह वगैरह छः ध्वनियां हैं । जब दो ध्वनियों का परस्पर मेल होता है तब फिजिक्स की भाषा में कहना हो तो Resonance Effect होता है, जो मानसिक प्रसन्नता लाता है । जिस समय ये नाद एक लय में नहीं आते, लयबध्दता नहीं होती, तब उदासीनता आती है। मुहूर्त इसी पर आधारित है । आज दुर्भाग्य से कर्मकांड करने वाले ब्राह्मणों को भी इस बात का ज्ञान नहीं होता कि मुहूर्त क्या है? वह कैसे निकाला जाता है? मान लीजिए, लड़के-लड़की की विवाह तिथि निकालनी है. चैत्र, वैशाख माह में दस/ बारह मुहूर्त होते हैं. उस समय किसी भी युवक के लिए दो-तीन मुहूर्त ही काम के होते हैं और किसी भी कन्या के लिए अलग दो-तीन मुहूर्त काम के होते हैं । इन भिन्न-भिन्न मुहूर्तों में एक सामान्य मिला तो मिला । परन्तु युवक-युवती के माता -पिता को धैर्य नहीं होता और ब्राह्मणों का अपना स्वार्थ होता है । मुहूर्त के सम्बन्ध का यह शोध हजारों वर्ष पूर्व का है । आज विज्ञान भी इसे अपनी भिन्न-भिन्न वैज्ञानिक परिभाषाओं में स्वीकार करता है । इसका भी थोड़ा अवलोकन करेंगे ।

उन्नीसवीं शताब्दी के आरम्भ में बर्लिन के वैज्ञानिक डॉक्टर विल्हेम फलेस ने इस विज्ञान का अध्ययन अनुसंधान करने की शुरुआत की । प्रत्येक को उसके दैनिक जीवन में कभी बेवजह प्रसन्नता, उदासीनता का अनुभव होता है। कभी निर्णय अचूक होता है तो कभी एकदम गलत निर्णय हो जाता है और कभी अनिर्णय की अवस्था रहती है । कभी जिद पकड़ते हैं तो कभी बेवजह थकान लगती हैं । जीव वैज्ञानिकों के सामने यह प्रश्न था कि ऐसा क्यों होता है? इस संबंध में उन्होंने निष्कर्ष निकाला कि प्रत्येक व्यक्ति के भीतर एक जैविक घड़ी काम करती है । पहली घड़ी शारीरिक (Physical Biorhythm) भूख, नींद, शौचादि क्रियाओं का समय एवं शारीरिक गतिविधियों से संबंधित है तथा यह घड़ी 23 दिन में एक आवर्तन पूरा करती है । ऐसा जीव वैज्ञानिकों का कहना

है । दूसरी घड़ी का संबंध भावनात्मक गतिविधि से है । इसे Emotional Biorhythm कहते हैं। इसका एक आवर्तन 28 दिन में पूरा होता है । तीसरी बौध्दिक घड़ी परिस्थितिनुसार निर्णय लेने की क्षमता, योग्य व अचूक निर्णय, अनिर्णित अवस्था, अथवा अन्य व्यवहारिक बातों से संबंधित है । इसे Intellectual Biorhythm कहते हैं । बौध्दिक घड़ी का आवर्तन 33 दिन में पूरा होता है। ये तीनों घड़ियां अपने-अपने क्षेत्र में अपने-अपने तरीके से काम करती हैं । दिन में कुछ समय इनकी लयबध्दता में समानता होती है, उस अवधि में किसी भी प्रकार की खींचतान न होते हुए प्रसन्नता से उचित निर्णय होते हैं । (महीने में कुछ दिन) इनमें खींचतान होती है । भावना एक तरफ खींचती है तो बुध्दि दूसरी तरफ । कभी बुध्दि का विचार दूसरा होता हैं और शरीर की मांग दूसरी । इसमें भी खींचतान होती है, इसका परिणाम स्वास्थ्य व निर्णय शक्ति पर होता है, इसीलिए तीन मुख्य बायोरिदम के साथ दूसरे बायोरिदम का शोध हुआ ।

1) बौध्दिक, शारीरिक रिदम के फलस्वरूप Mastery Biorhythm का संयोजन सटीक बैठता है । इनका उचित संयोजन हो तो बुध्दि ब्दारा लिये गये निर्णय के लिए शरीर प्रत्यक्ष रूप से तैयार होता है, उत्साहित होता है । खिलाड़ियों के लिए यह विशेष महत्वपूर्ण है । सचिन तेंदुलकर कभी शतक लगाता है तो कभी शून्य पर आउट हो जाता है, इसका कारण इस बायोरिदम का संयोजन या खींचतान हैं ।

2) शारीरिक और भावनात्मक लयबध्दता के संयोजन से बनने वाली जैविक घड़ी के बायोरिदम का नाम है - Passion Biorhythm- इच्छित फल प्राप्ति । इच्छित फल प्राप्ति के लिए भावना व शरीर संयुक्त रूप से काम करते हैं । जब यह प्राप्त होता है, तब मिली हुई वस्तु के विषय भोग से आनन्द मिलता है और इसमें संयोजन का अभाव हुआ तो मानसिक खींचतान या उससे Acidity या B.P. आदि बीमारी होती है ।

3) तीसरा संयोजन है बुध्दि व भावना का ! - मनुष्य का अधिकतर सुख इसी संयोजन पर आधारित है क्योंकि मनुष्य पशु की तरह शारीरिक स्तर पर नहीं जीता । इस तीसरे संयोजन का नाम है - Wisdom Biorhythm

'प्रज्ञा' । मनुष्य के जीवन में सफलता व असफलता इसी संयोजन पर निर्भर है। जो तीन मुख्य बायोरिदम (Biorhythm) कही गई हैं, शारीरिक, भावनात्मक व बौध्दिक , इसके अतिरिक्त अभी-अभी एक और बायोरिदम की खोज की गई है, जिसका नाम है अन्तःस्फुरण (Intuitive). ये चारों घड़ियां अभी तक संशोधन में हैं। अब इस संदर्भ मे हमारे ऋषि -मुनियों व्दारा खोजे गए ''स्वस्तिक'' का विचार करिये । स्वस्तिक 'के चार विभाग ही चार पुरुषार्थ हैं। धर्म, अर्थ, काम, मोक्ष इनसे संबंधित हैं. इन चारों की तुलना चार बायोरिदम से करके देखिये, तब आपके ध्यान में आएगा कि ऋषि- मुनियों व्दारा हजारों वर्षों पूर्व कितना गहन और जीवनोपयोगी शोध किया गया था?

स्वस्तिक कहाँ से आया ? कैसे बना ? 'पिण्ड में ब्रह्माण्ड' कहते हैं । उसी प्रकार ये स्वस्तिक पिण्ड में यानी हमारे शरीर में कहाँ है, इसका क्या काम है? यह एक बड़ा विषय है । ये स्वस्तिक मनुष्य के शरीर में गतिशील रहता है इसीलिए मन में कभी धर्म के विचार प्रबलता से उत्पन्न होते हैं तब अर्थ, काम गौण और क्षुद्र लगते हैं । अच्छे कार्य के लिए हजारों रुपये खर्च करने , दान करने की इच्छा तीव्र होती है । कभी स्वस्तिक का एक आरा अर्थ का आता है, तब मन अर्थ प्रधान होता है । उस समय अच्छे कार्य के लिए एक रुपया भी खर्च करने की इच्छा नहीं होती । संग्रह करने की वृत्ति तीव्र होती है । अब समझिये ऐसी मनःस्थिति में विवाह, यज्ञ अथवा अन्य सत्कार्य करने हों तो वे कैसे सम्पन्न होंगे? कभी मनुष्य के मन में काम जागृत होता है. काम अर्थात केवल काम वासना नहीं, अपितु किसी भी बात की, विषय भोग की इच्छा । खाना-पीना, TV, सिनेमा देखना इत्यादि । जिस समय काम प्रधान मनःस्थिति होगी, उस समय व्यक्ति पूजा-पाठ, यज्ञ, तीर्थ यात्रा कैसे कर सकेगा ? उस समय की मनुष्य की मनःस्थिति पर भगवान कृष्ण ने गीता में कहे अनुसार (दूसरा अध्याय) ''ध्यायते विषयान्पुसो संगस्तेषु जायते'' से बुध्दि नाशात प्रणश्यति तक एक गति से उत्तरोत्तर दौड़ना होता है । ये सभी बातें ध्यान में लेकर तिथि, वार, नक्षत्र, चन्द्र, सूर्य व जन्म पत्रिका इन सब बातों का विचार करने पर शरीर, मन, बुध्दि किस समय, किस कार्य को अधिक अच्छा कर सकेंगे, इसकी खोज का प्रयत्न

करना ही है 'मुहूर्त' ।

कुछ लोग इस सन्दर्भ में एक वाक्य में तर्क देते हैं कि अच्छा काम खराब मुहूर्त में किया गया तो भी अच्छा ही होता है और बुरा काम अच्छे मुहूर्त में किया गया तो भी वह बुरा ही होता है । ऊपरी तौर पर यह तर्क सही लगता है परंतु ध्यान से देखने पर अच्छा कार्य यदि अच्छे मुहूर्त पर किया गया तो क्या अधिक अच्छा नहीं होगा ?

एक बार एक युवा डॉक्टर ने उसके अनुज के विवाह संबंध में मुहूर्त निकालने के विषय में प्रश्न किया कि क्या अच्छे मुहूर्त पर किया गया विवाह असफल नहीं होता ? फिर मुहूर्त का क्या अर्थ है? हमने उसे उसी की भाषा में उत्तर दिया । उससे हमने पूछा कि डॉक्टरों का दावा है कि आज टीबी प्राणघातक रोग नहीं है, उस पर Isonex, रिफोपेनासिन, इथबुटाजॉल आदि उत्तम औषधियां उपलब्ध हैं । उससे टीबी पूर्णतः ठीक हो जाता है । इन सभी दवाइयों को लेने के बाद भी टीबी के अनेक रोगी मरते हैं , क्या इससे यह निष्कर्ष निकाला जाए कि ये सभी औषधियां निरर्थक हैं ?

दूसरी बात टीबी के पेशेन्ट को Isonex की गोली प्रातः खाली पेट लेने के लिए कहते हैं, क्यों ? क्योंकि उस समय शरीर में पित्त की मात्रा अधिक होती है इसलिए औषधि का प्रयोग अधिक अच्छा होता है । भोजनोपरान्त यदि गोली ली तो अपेक्षित परिणाम नहीं मिलेगा । इसके विपरीत वेदनानाशक सभी प्रकार की दवाएं खाली पेट न लेते हुए भोजन के बाद अथवा नाश्ता करके लेने के लिए कहा जाता है क्योकि खाली पेट यदि गोली ली तो पित्त बहुत बढ़ेगा और भविष्य में अल्सर होने की सम्भावना रहेगी । ऐसा न हो इसलिए वेदनानाशक दवा कुछ खाकर ही लेते हैं, यह मेडिकल साइन्स है ।उसी प्रकार मुहूर्त के विषय में है । आज दुर्भाग्य से विवाह लग्न मुहूर्त के अनुसार नहीं हो पाते , बारात में युवकों के नाचने, आदि में समय लगता है और मुहूर्त के अनुसार विवाह नहीं हो पाता।

दूसरे क्षेत्रों में भी यही बात लागू होती है । दमन में जून 2004 में निर्मित एक पुल का उद्घाटन ज्येष्ठ महीने की अमावस्या को (उद्घाटनकर्ता मन्त्री की सुविधानुसार) हुआ परंतु करोड़ों रुपये खर्च करके बनाया गया यह पुल केवल

21 दिनों में टूट गया । इसके लिए अनेक कारण बताए गए परन्तु उसमें से एक महत्वपूर्ण कारण अमावस्या के दिन किया गया उद्घाटन नहीं है, ये कैसे कह सकेंगे ?

तिथि और मुहूर्त के विषय में इतनी विज्ञान आधारित चर्चा होने के पश्चात् ''संध्या'' के सम्बन्ध में समझना आसान होगा ।

संध्या अर्थात् संधिकाल । एक प्रातःकालीन संधिकाल जब चन्द्र अस्त होता है और सूर्योदय हुआ नहीं । रात बीत गई और दिन अभी निकला नहीं । दूसरा काल दिन समाप्त हुआ पर रात शुरू नहीं हुई । सूर्यास्त होने को है पर चांदनी प्रकट नहीं हुई । अर्थात ये दो संधिकाल ऐसे होते हैं जिस समय आकाश में चन्द्र-सूर्य का अस्तित्व नहीं होता अथवा अत्यन्त क्षीण प्रकाश होता है । इसका परिणाम यह होता है कि ईश्वरीय कहिये या प्राकृतिक कहिये, प्रकृति से (जैसी जिसकी श्रध्दा व दृष्टिकोण) मानसिक, बौध्दिक व आत्मिक शक्ति की पूर्ति चन्द्र-सूर्य का माध्यम न होने से अप्राप्त होती है । ऐसे समय स्वाभाविक रूप से मनुष्य का मन, बुध्दि अधिक चंचल होती है । उसे स्थिरता देने के लिए, आन्तरिक शक्ति बढ़ाने के लिए स्वयं को प्रयत्न करना होगा और वह प्रयत्न है संध्योपासना । मन्त्र - जाप - प्राणायाम व अन्य संध्योपासना सम्बन्धित कर्म मनुष्य के मन, बुध्दि को स्थिर ही नहीं करते बल्कि शुध्द भी करते हैं । आज ब्राह्मण भी प्रतिदिन संध्या नहीं करते फिर दूसरों के बारे में क्या कहना ? संध्योपासना न होने से प्रातः उठने के बाद से ही चंचल व अस्थिर हुआ मन, बुध्दि केवल भौतिक वस्तु की प्राप्ति के लिए ही दौड़ता है, उसे शान्ति व स्थिरता नही, प्रसन्नता नहीं । भौतिक वस्तुओं की प्राप्ति में ही सुख मानने की मनुष्य की प्रवृत्ति, इच्छित वस्तु की प्राप्ति के लिए किसी भी प्रकार का पाप, अनाचार, अनैतिक कार्य करने में वह किंचित भी नहीं घबराता, उसे किसी प्रकार की लज्जा नहीं आती। चुभन या हिचकिचाहट नहीं होती । आप महाभारत को ठीक से पढ़ेंगे तो आपके ध्यान में आएगा । दुर्योधन एक लोकप्रिय राजा था. उसके राज्य में प्रजा सुखी थी इसीलिए उसकी तरफ से युध्द में पाण्डवों की सेना से डेढ़ गुनी सेना थी । युध्द न करते हुए आज के समय की तरह मतदान किया गया

होता तो पाण्डव कभी के हार गए होते । दुर्योधन, दुःशासन (आज जैसे विजयी होते है) कौरव विजयी हो गये होते । बहुमत कौरवों के पक्ष में था फिर भी भगवान कृष्ण ने उनके राज्य को नष्ट किया क्यों ? भौतिक सम्पन्नता तो राजा व प्रजा में थी पर आत्मविचार नहीं था । आत्मा की चिन्ता नहीं थी । धर्म के लिए स्थान नहीं था । आज वही परिस्थिति धीरे-धीरे उत्पन्न हो रही है, यह चिन्ता का विषय है । आपको ज्ञात ही है कि भगवान श्रीराम व भगवान श्रीकृष्ण ने अवतार लिया था । उन्होंने स्वेच्छा से धरती पर अवतरण के लिए विशेष समय ही चुना, क्यों ? श्रीराम आए दोपहर बारह बजे और श्रीकृष्ण आए रात को बारह बजे । इसके पीछे क्या रहस्य है ? **जो भूख के वशीभूत होकर रोटी के पीछे (वैसे तो समस्त भौतिक वस्तु) दौड़ता है उसे श्रीराम जन्म का पता नहीं होता । जो केवल काम में लिप्त होता है, उसे श्रीकृष्ण जन्म का पता नहीं होता । हिरण्यकश्यपु व हिरण्याक्ष उसी प्रकार रावण व कुम्भकरण की गर्भधारणा संध्या काल में हुई थी ।** जिज्ञासु पाठकों को गर्भधारण संस्कार लेख भी पढ़ना चाहिए ।

"आहार निद्रा भय मैथुनश्च" ये चार प्रवृत्तियां (जीवन की मूलभूत प्रवृत्तियां) मनुष्य की तरह पशु-पक्षियों में भी हैं । समस्त सजीव सृष्टि में ये चारों प्रवृत्तियां हैं फिर मनुष्य में और अन्य जीव सृष्टि में (पशु-पक्षी, कीट, पतंग, जलचर, सरीसृप आदि) अंतर क्या है? मनुष्य इन चारों प्रवृत्तियों पर संयम रख सकता है । स्वयं की आत्मा का परमात्मा से मिलन करा सकता है । व उसी राह पर शुभ शुरुआत है यज्ञोपवीत संस्कार । इस शुभ शुरुआत में संध्योपासना बहुत महत्वपूर्ण है क्योंकि उसी से दोपहर की भूख व रात्रि के काम पर संयम आ सकता है । मनुष्य राम-कृष्ण के जन्म का आनन्द ले सकता है । शारीरिक स्वास्थ्य के लिए भी सूर्योदय के पूर्व उठना बहुत लाभदायी है । एक्युप्रेशर व एक्युपंक्चर के सिध्दान्त के अनुसार हमार फेफड़ों की सर्वाधिक कार्यक्षमता सूर्योदय पूर्व होती है । इस सहज शरीर धर्म का उपयोग करके यदि सूर्योदय पूर्व प्राणायाम किया जाए तो ? विद्वानों को इस पर विचार करना चाहिए । जो परिस्थिति प्रातःकाल की, वही सायंकाल की । सायंकाल की संध्योपासना न

करते हुए उसके स्थान पर टीवी पर वासनात्मक और हिंसात्मक दृश्य देख कर उस मनःस्थिति में पति-पत्नी वासना से कुलबुलाते हुए उनका मन-बुध्दि, अशान्त, हिंसक हो जाए और मान लीजिए उस क्षण के सम्बन्ध से गर्भधारणा हुई तो जन्म लेने वाली सन्तान कैसी होगी ? जरा आँखें खोल कर ध्यान से देखें तो संध्योपासना का महत्व और आवश्यकता सहज ही समझ में आ जायेगी । माँ भगवती गायत्री सभी को सद्बुध्दि, विवेक और सद्विचार शक्ति दें ।

....

स्तोत्र - मन्त्र विज्ञान

सच तो यह है कि इस शीर्षक से बीच-बीच में कई भिन्न-भिन्न लेख, भिन्न-भिन्न मासिक, पत्रिकाओं में प्रकाशित होते रहे हैं । पुस्तक अथवा छोटी पुस्तिका के रूप में भी प्रकाशित होते हैं और पढ़ते समय ध्यान में आता है कि आधुनिक विज्ञान का इससे कोई संबंध नहीं है अथवा अल्प सा संबंध है । इन्हें पढ़ने पर संशयात्मक स्थिति उत्पन्न होती है, ये उसे टालने का प्रयास है । माँ भगवती की कृपा से प्रज्ञा प्रसादन करने का यह एक छोटा सा प्रयत्न है ।

आपको संभवतः ज्ञात हो कि पुल पर से मिल्ट्री परेड का संचालन नहीं करती । पुल आया कि परेड बन्द । सामान्य आम नागरिक जैसे चलते हैं, वैसे ही चल कर पुल पार करना होता है । ऐसा क्यों ? किसी भयंकर विस्फोट से आसपास के भवन की खिड़कियों के कांच तड़कते हैं, दीवारों में दरारें आती हैं , कानों में इस आवाज से बहरापन आ सकता है । संगीत की ताल पर मनुष्य तो क्या, पशु भी डोलने लगते हैं, मुग्ध हो जाते है ऐसा क्यों होता है ?

कहते हैं कि इटली के हुकुमशाह सेनापति मुसोलिनी को अनिद्रा की बीमारी थी । कई वर्षों से वह सो नहीं पाया था । एक बार उसके राजमहल में भारत के प्रसिध्द गायक और संगीतकार ठाकुर पंडित ओंकारनाथजी भोजन के लिए निमन्त्रित थे । मुसोलिनी ने व्यंग्य से कहा- "ऐसा सुनने में आया है कि कृष्ण की बाँसुरी की तान सुनकर गायें दौड़ कर आ जाती थीं । ऐसा क्या है भारतीय संगीत में" ? पंडित ओंकारनाथजी इस प्रश्न का कोई उत्तर न देते हुए भोजन की टेबल पर पड़े हुए चम्मच उठा कर उसी टेबल पर तालबध्द रूप से ठोकने लगे । धीरे-धीरे मुसोलिनी आगे-पीछे डोलने लगा । प्रयत्न करके भी वह स्वयं को रोक नहीं पा रहा था । आगे-पीछे, आगे-पीछे । तालबध्द । उसी प्रकार सामवेद के गायन को सुनकर मुसोलिनी को नींद आ गई । आजकल अनेक बीमारियों पर संगीत थेरेपी के प्रयोग चल रहे हैं ।

आफ्रीका महाव्दीप में सड़क निर्माण का काम चलते समय एक बर्फ का शिलाखंड पहाड़ से टूटा व रास्ते पर आ गिरा । अंग्रेज इंजीनियर बड़ी समस्या में

फँस गया क्योंकि उसके पास क्रेन जैसा कोई साधन नहीं था। बर्फ पिघलने की प्रतीक्षा में बहुत दिन लगते। मजदूरों से टुकड़े कराने में समय व धन का अपव्यय होता। उस समय वहाँ के एक स्थानीय व्यक्ति ने उसकी मदद की, वह गाँव के कुछ लोगों को बुला कर लाया और सबने मिलकर एक ही स्वर में एक विशिष्ट ध्वनि निकाली और बर्फ का शिलाखण्ड अपने आप पिघलने लगा।

बहुत वर्षों पहले की बात है, मानसरोवर की यात्रा में एक साधु की शंख ध्वनि से बर्फ का शिलाखण्ड ऐसे ही टूट कर पहाड़ से अचानक नीचे आया और उस शंख ध्वनि करने वाले साधु की उसके नीचे दबने से मृत्यु हो गई। यह घटना भी पढ़ने में आई। इन सब घटनाओं के पीछे कौन सी शक्ति जिम्मेदार है ?

सूर्य के प्रकाश में भिन्न-भिन्न किरणें हैं, उनमें से कुछ त्वचा तक पहुँचती हैं, कुछ त्वचा के आगे नहीं जा पातीं. X ray, infra Red, Ultra Violet अस्थियों तक पहुंचती हैं तो लेसर किरण अस्थियों के पार हो जाती हैं, ऐसा क्यों ? इसका कारण है इन भिन्न-भिन्न किरणों की तरंगों की लम्बाई और कम्पन संख्या में अंतर, जिसे भौतिकशास्त्र में Wave Length and Frequency कहते हैं। तरंगों की लम्बाई जितनी अधिक, उतनी ही कम्पन संख्या कम और अन्दर प्रविष्ट होने की शक्ति Penetrative Power कम। तरंगों की लंम्बाई जितनी कम उतनी ही कम्पन संख्या अधिक और अन्दर प्रवेश करने की शक्ति भी अधिक। ये जैसा प्रकाश तरंगों के विषय में है ठीक वैसा ही ध्वनि तरंगों के बारे में भी है। ध्वनि तरंगों की लम्बाई न्यूनाधिक और उसके अनुसार उसका परिणाम भिन्न। उपरोक्त सभी घटनाओं में मूलभूत तत्व है ध्वनि तरंग।

संत ज्ञानेश्वरजी ने ज्ञानेश्वरी में कहा है कि ककहरा बोला जाए तो उसमें सभी मन्त्र आते हैं. क्या ऐसा होता है ? यह बहुत ही रहस्यपूर्ण और मार्मिक विधान है। प्रत्येक मंत्र में ककहरे का कोई न कोई अक्षर होगा ही। फिर क्या यह कहा जाए कि ककहरे में सभी मंत्रों का समावेश है ? ऋषि-मुनियों ने, संतों ने स्तोत्र मंत्रों की रचना कर हम पर बड़ा उपकार किया है। यह सामान्य व्यक्तियों का क्या, बड़े-बड़े पंडितों व वैज्ञानिकों का भी काम नहीं है। ब्रह्म-सत्ता से संबंध जोड़कर उन महापुरुषों ने किस अक्षर को किसमें मिलाने से ध्वनि तरंग

का निर्माण होगा व उसका मनुष्य के शारीरिक, मानसिक लाभ तथा अन्तःकरण की शुध्दि के लिए कैसा उपयोग होगा ? ये विज्ञान ध्यान में लाकर विशिष्ट अक्षरों की विशिष्ट ध्वनियों को मिला कर जिन ध्वनि तरंगों की उत्पत्ति की गई, वे ही स्तोत्र मंत्र हैं । हमारी संस्कृत भाषा को देव भाषा कहते हैं । क्यों? इस भाषा की उत्पत्ति कैसे हुई ? अक्षरों का निर्माण कैसे हुआ ? मनुष्य ने किया तो कैसे किया ? अपने आप (ईश्वर-कृपा से) उपलब्ध हुई तो कैसे ? इस पर भाषाशास्त्री अनुसंधान कर रहे हैं परन्तु अभी तक किसी निष्कर्ष पर नहीं पहुँचे। हमें ज्ञात होना चाहिये कि संस्कृत भाषा के वर्णाक्षर कहाँ से आए ? कैसे आए ? उनकी विशेषता क्या है ?

कुछ वर्षों पूर्व जयपुर के एक सेमिनार में कई रशियन विव्दान सम्मिलित हुए । उस समय भारत सरकार के एक मन्त्री महाराष्ट्र के वसन्त साठे प्रतिनिधि के रूप में उपस्थित हुए और उन्होंने शुध्द रशियन भाषा में 15 मिनिट के पत्र का वाचन किया । रशियन विव्दानों को आश्चर्य हुआ. उन्होंने वसन्त साठे से पूछा, "क्या आपको रशियन भाषा आती है ?" उन्होंने कहा, "बिल्कुल नहीं आती, एक अक्षर भी नहीं ।" "फिर आपने अभी ये वाचन कैसे किया ?" "यह हमारी देवनागरी लिपि का कमाल है ।" वास्तव में यह लिपि का चमत्कार ही है । हम इस देवनागरी लिपि में संसार की किसी भी भाषा को लिख कर ऐसा उच्चार कर सकते हैं जैसे हमें वह भाषा आती हो । अंग्रेजी, फ्रेंच, रशियन, जर्मनी कोई भी भाषा । परन्तु संसार में ऐसी कोई लिपि नहीं है कि जिसमें आप किसी दूसरी भाषा को लिख कर पढ़ सकें । अंग्रेजी लिपि में हिन्दी के पांच वाक्य लिख कर पढ़कर देखिये, क्या आप उन्हें पढ़ सकते हैं?

अभी-अभी जर्मनी के एक वैज्ञानिक ने एक विलक्षण प्रयोग किया । उसने संसार की मुख्य-मुख्य भाषाओं की जो वर्ण लिपि है, जो वर्णाक्षर हैं, वैसे वर्णाक्षर एक स्टील के पाइप का उपयोग कर तैयार किये और उसके बाद उस पाइप के वर्णाक्षर में एक तरफ से एक यंत्र से अंदर हवा छोड़ी और ऐसी व्यवस्था की कि वह हवा उस वर्णाक्षर में से घूम कर दूसरे मुख से बाहर निकले । जैसे 'ए' (A)या 'बी' (B) के पाइप में से हवा पास की, बाहर निकलते समय हवा सस्,

अपनी हमेशा की ध्वनि करते हुए बाहर निकली । सभी लिपियों में ऐसा हुआ परन्तु जब देवनागरी लिपि में यही प्रयोग किया गया तो उसे अत्यन्त आश्चर्य हुआ कि बाहर निकलने वाली हवा उसी वर्णाक्षर की ध्वनि करते हुए बाहर निकली । अर्थात् ''म'' में से हवा निकली कि बाहर आते समय ध्वनि 'म' की और 'स' हुआ तो 'स' की ध्वनि निकली । ऐसी अनेक विशेषताओं से समृध्द है देवनागरी लिपि । किन देवताओं ने हमें यह दी ? कहाँ से व कैसे आई ? और मुख्य प्रश्न यह कि इसका हमारे अपने जीवन से क्या संबंध है ? इस रहस्य को समझने के लिए हमें सूक्ष्म शरीर और उसके अन्दर के चक्रों की जानकारी प्राप्त करनी होगी ।

सामान्य परिभाषा की अपेक्षा आध्यात्मिक परिभाषा थोड़ी भिन्न होती है। व्यावहारिक भाषा में स्थूल का अर्थ है 'मोटा' और सूक्ष्म का मतलब है 'छोटा, बारीक' । अध्यात्म की भाषा में स्थूल यानी जो आंखों से दिखाई देता है । सूक्ष्म अर्थात जो आँखों को दिखाई नहीं देता । एक हाथ-मोजा लीजिये। हाथ-मोजे में उंगलियां होती हैं पर क्या ये उंगलियां स्वतः अपने आप किसी वस्तु को उठा सकती हैं ? नहीं । वस्तु केवल तभी उठाई जा सकेगी जब हाथ-मोजे में आपकी उंगलियां होंगी । शव की भी उंगलियां तो होती हैं परन्तु क्या कभी वह उंगलियों से किसी वस्तु को उठा सकता है ? नहीं । ऐसा क्यों ? शव को तो छोड़िये पर निद्रावस्था में भी कोई मनुष्य किसी वस्तु को नहीं उठा सकता, ऐसा क्यों ? क्योकि ये जो स्थूल शरीर है, एक कपड़े के आवरण की तरह है । स्थूल शरीर की उंगलियां हाथ मोजे की उंगलियों जैसी ही हैं । जिस समय स्थूल शरीर की उंगलियों में सूक्ष्म शरीर की उंगलियां होती हैं तभी कोई वस्तु उठाई जा सकेगी । यानी सूक्ष्म शरीर की उंगलियों के लिए स्थूल शरीर की उंगलियां एक हाथ मोजे की उंगलियों के अतिरिक्त विशेष कुछ भी नहीं हैं । अनेक लोग चश्मे का उपयोग करते हैं । चश्मा उतारकर पुस्तक के ऊपर रखिये, क्या चश्मा पढ़ सकता है ? नहीं । वाचन का काम तभी होगा जब चश्मे के पीछे आपकी आंखें होंगी ! चश्मा यानी केवल काँच । उसी प्रकार आंखें भी केवल काँच ही हैं , यदि उसके पीछे सूक्ष्म शरीर की आंखें न हों तो ? कुछ लोगों की मृत्यु के समय उनकी आंखें खुली

रह जाती हैं पर क्या वे देख सकते हैं ? खैर, जाने दें । आप कुछ सोच रहे हैं , अति ध्यानमग्न हैं, आंखें खुली हैं , सामने से कोई निकल कर गया और आपका ध्यान भंग कर पूछा, क्या आपने यहाँ से अमुक व्यक्ति को जाते हुए देखा ? आप कहेंगे, नहीं देखा । आंखें खुली होते हुए भी क्यों नहीं दिखाई दिया ? इसका कारण है आंखें यानी केवल काँच । देखने के लिए उसके पीछे सूक्ष्म शरीर की आंखें होनी चाहिए । सुगंध है कि दुर्गन्ध है, ये निद्रावस्था में पता नहीं लगता क्योंकि नाक के पीछे सच्ची नाक उस वक्त नहीं होती, अर्थात क्रियाशील नहीं होती ।

अपनी सभी इन्द्रियों के बारे में हम ऐसा कह सकते हैं । स्थूल शरीर की कार्यक्षमता, सूक्ष्म शरीर पर आधारित है. न दिखाई देने वाले उस सूक्ष्म शरीर पर । यह सूक्ष्म शरीर जब स्थूल शरीर का त्याग करता है तब मृत्यु होती है परन्तु यह विषय अलग है । दिखाई पड़ने वाले स्थूल शरीर की अपेक्षा न दिखाई देने वाला सूक्ष्म शरीर अधिक महत्वपूर्ण है एवं इस सूक्ष्म शरीर में महत्वपूर्ण मुख्य छह चक्र हैं । और मजे की बात यह है कि सूक्ष्म शरीर के ये चक्र ऐसी जगह स्थित हैं जहाँ उनकी स्थिति, पोजिशन, लोकेशन पर स्थूल शरीर के नाड़ी के केन्द्र हैं । Nerve centre हैं।

इन दिनों कुछ लोगों ने योग शास्त्र का विज्ञान से सम्बन्ध बताते समय स्थूल शरीर में इस **नर्व सिस्टम** को ही चक्र कहना आरंभ कर दिया हैं । यह बिल्कुल गलत है । वास्तविकता इतनी ही है कि स्थूल शरीर में नाड़ी केन्द्र और सूक्ष्म शरीर में केन्द्र व चक्र की जगह ठीक एक ही वही है । इसलिए होता क्या है कि सूक्ष्म शरीर के उस चक्र पर कोई आघात हुआ, कम्पन हुआ तो उसका परिणाम स्थूल शरीर में उस जगह के नाड़ी केन्द्र पर होकर कार्यशील होता है । इसके विपरीत भी हो सकता है ।

आप भोजन में भिन्न-भिन्न पदार्थ खाते हैं । उसमें रेशे अर्थात् फाइबर होते हैं, उससे पेट साफ होता है । कुछ दिन केवल दूध पर रह कर देखिये । पेट साफ नहीं होगा । अब एक वर्ष के छोटे बालक का विचार करिये । वह केवल दूध पर ही रहता है । दूध ही उसका आहार है । दूध में फाइबर नहीं होता । फिर

उसका पेट कैसे साफ होता है ? आपने देखा होगा छोटे बच्चों को उनकी माता खड़ा करके मुँह से शु,शु,शु की आवाज निकालती है । संसार में कोई भी स्त्री महाराष्ट्रियन हो, मद्रासी हो, पंजाबी हो, भारतीय हो या चीन, जापान, इंग्लैंड की, छोटे बालक को शौच के लिए कूकू अथवा हू हू अथवा कोई दूसरी आवाज नहीं निकालती । एक ही आवाज है शू शू शू । ऐसा क्यों ? शौच के स्थान पर गुदा व्दार के पास सूक्ष्म शरीर में एक मूलाधार चक्र है और इस चक्र के चार आरे हैं, उन पर वर्णाक्षर अंकित हैं श स ष व । अर्थात चार में से तीन सकार हैं । बालक के सूक्ष्म शरीर में चक्र अभी बन्द नहीं हुए । मिटे नहीं हैं, खुले हैं । सकार की ध्वनि से वहाँ उस चक्र में कम्पन होता है, आरे थरथराते हैं और उसका परिणाम उसी स्थान पर स्थित स्थूल शरीर के नाड़ी केन्द्र पर होता है । वहाँ कम्पन शुरू होता है, क्रियाशीलता बढ़ती है और बालक को शौच निवृत्ति होती है, पेट साफ होता है । इसी कारण छोटे बालकों की शौचादि की क्रिया को 'शी' कहते हैं, सकारात्मक । बड़े मनुष्यों के चक्र बन्द हो जाते हैं , मिट जाते हैं इसलिए उन पर शू उच्चार का उपयोग नहीं होता और वह शी करने गया है, ऐसा भी नहीं कहते । इस मूलाधार चक्र के आरे पर चौथा अक्षर 'व' है, बीच में केन्द्र बीज 'लं' है । मूलाधार चक्र के स्वामी श्री गणेश हैं । गणपति अथर्वशीर्ष में श्लोक है -''त्वं मूलाधार स्थितोसि नित्यम'' । समर्थ रामदास स्वामीजी ने भी लिखा है- ''मूळारंभ आरंभ तो निर्गुणाचा'' । सर्वारम्भ में गणेश पूजन का कारण और महत्व भी यही है क्योंकि कुण्डलिनी शक्ति मूलाधार के नीचे है इसलिए गणेश पूजा के बिना साधना, धर्म कार्य प्रारंभ नहीं होता । यह निर्गुण प्राप्ति का मूलारंभ है । मूलाधार चक्र के स्वामी श्रीगणेश एवं बीज मन्त्र ''लं'' है इसीलिए गणेशजी का एक नाम लम्बोदर है । इसी कारण इस शब्द के उच्चारण से बीज मन्त्र ''ल'' का उच्चारण होगा । गणेशजी का उदर बड़ा है इसलिए उन्हें 'लंबोदर' कहते हैं । यह तो व्यंग्य है । गणेशजी के अधिकतर नाम 'व' से आरम्भ होते हैं । वक्रतुंड, विनायक, विघ्नेश्वर, विघ्नहर्ता आदि, इनका कारण यही है कि इन शब्दों के उच्चारण से मूलाधार चक्र का चौथा आरा कम्पित हो ।

अब आपके ध्यान में आ गया होगा कि देवनागरी लिपि के वर्णाक्षर कहाँ

से आए । संस्कृत में कुल पचास वर्णाक्षर हैं और छ : चक्र मिलकर पचास आरे हैं । मूलाधार चार (4), अधिष्ठान छः (6), मणिपुर दस (10), अनाहत 12, विशुध्द 16, आज्ञा 2, कुल पचास । ऋषि-मुनियों ने समाधि की अवस्था में इन चक्रों के दर्शन किये । आकृतियों को देखा । समाधि अवस्था से उठने पर वे आकृतियां बाहर मिट्टी में जमीन पर बनाईं और इसके बाद भिन्न-भिन्न विधि से ध्वनि का उच्चारण कर कौन सी ध्वनि से कौन सा आरा कम्पित होता है, उसका निरीक्षण कर, इस आरे पर बनी आकृति का उच्चारण तय कर, इसी रीति से वर्णाक्षर आकृति तथा उनका उच्चारण निश्चित हुआ । इसलिए इन वर्णाक्षरों में प्रत्येक अक्षर के उच्चारण से आपके अन्दर एक आरा कम्पित होगा परन्तु उनका उचित रीति से उपयोग करने का ज्ञान व कला कुछ कालान्तर में विस्मृत हो गई । ऋषि-मुनियों के अनुसंधान चलते रहे । किस अक्षर से कौन सा आरा कम्पित होता है, इसका उच्चारण निश्चित होने पर भिन्न-भिन्न वर्णाक्षर विशिष्ट रीति से मिला कर उससे उत्पन्न होने वाले लाभों का निरीक्षण किया । 'राम' शब्द में जो वर्णाक्षर हैं, वे ही 'मरा' शब्द में भी हैं । राम शब्द की ध्वनि सुनकर एक प्रकार के आनन्द का अनुभव होता है और मरा शब्द की ध्वनि सुनकर दुख की अनुभूति होती है । यह शब्द जनमानस में स्थापित होने की मानसिक स्थिति का मानसिक परिणाम नहीं, अपितु उन शब्दों से उत्पन्न तरंगों से होने वाला परिणाम है । हमें तेलगु, मलयालम, तमिल भाषा नहीं आती परन्तु उस भाषा में कोई भजन गा रहा होगा तो हम समझ जाएंगे कि भजन गा रहा है । कोई गालियां दे रहा होगा तो भी हम समझ जाएंगे कि कुछ तो भी बुरा बोल रहा है । ऋषि-मुनियों ने मनुष्य के कल्याण के लिए उत्पन्न होने वाले कम्पन, उनसे होने वाला शारीरिक, मानसिक, आन्तरिक लाभ, इसी प्रसंग में रोग निवारणार्थ उनका उपयोग किया और उससे भिन्न-भिन्न मंत्र निर्माण हुए । कौन से मंत्र का क्या परिणाम होगा ? किस-किस चक्र पर एक ही समय परिणाम होगा ? उससे लाभ-हानि क्या होगी ? शरीर पर और मन पर उसका क्या परिणाम होगा ? इसका एक बड़ा शास्त्र निर्माण किया। इस पर अनेक ग्रंथ होंगे । मुसलमानों ने कुछ मंदिरों को तोड़कर मस्जिदें बनाईं, उसका हमें दुख है, पर उतना नहीं । कुछ लोगों को जबरदस्ती मुसलमान बनाया,

इसका भी दुःख है, पर उतना तीव्र नहीं जितना हमारी अनमोल ग्रन्थ संपदा, ऋषि-मुनियों के हजारों वर्षों के तप के फलस्वरुप, मानव जाति के कल्याण के लिए लिखे गए असंख्य ग्रन्थों, शास्त्रों को उन्होंने जलाया, नष्ट किया, इस बात का है । इस विषय में उनके जंगलीपन, असभ्यता, क्रूरता को जितना दोष देंगे, उससे अधिक दोष व्यक्तिगत लड़ाई, मान-अपमान, व्देष, ईर्ष्या, अहंकार, बैर भावना, झूठी प्रतिष्ठा को देना होगा । इनके कारण क्षत्रिय, राजपूत, विशेषतः राजस्थान व उत्तर भारत में उनमें फूट, एकता न अपनाने की घृणास्पद मनोवृत्ति के कारण क्षत्रिय व उनको समझाकर धर्म रक्षण के लिए फूट मिटा कर राजपूतों को एक करने में विफल रहे, उस काल के अधिकतर ब्राह्मण उत्तरदायी हैं । लोग बीरबल की चतुराई के अनेक किस्से कह कर उसकी चतुरता पर गर्व करते हैं। कहते हैं कि बीरबल ब्राह्मण था । उसने अकबर की चमचागीरी करके स्वयं का स्वार्थ साधने के अतिरिक्त क्या किया ? यदि उसने राणा प्रताप और मानसिंह को एक किया होता, तत्कालीन क्षत्रिय राजाओं को एक किया होता तो न रहता अकबर और न रहते आज के प्रश्न । ऐसा कहते हैं माँ भगवती की आराधना के, उपासना के विविध मन्त्र प्रयोगों के कुल एक लाख सत्ताइस हजार ग्रन्थ थे, आज उनमें से पांच हजार भी प्राप्त नहीं हैं । कहाँ गई यह ग्रन्थ संपदा? शास्त्र में धनुर्वेद विद्या का उल्लेख मिलता है, कहाँ है यें धनुर्वेद ? यदि धनुर्वेद पर साहित्य उपलब्ध होता तो आज अणुबम, मिसाइल, रॉकेट की आवश्यकता ही नहीं रहती। मंत्र विज्ञान के ग्रन्थ कहाँ गए ? अग्नये स्वाहा । अपार ग्रन्थ संपत्ति, अनमोल ज्ञान नष्ट हुआ और जो थोड़े बहुत मंत्र स्तोत्र उपलब्ध हैं, उनका भी पूर्ण ज्ञान कुछ ही लोगों के पास है । इन दिनों तक दक्षिण भारत की काशी कहे जाने वाले 'वाई' शहर में (सतारा-पुणे मार्ग पर) वेद मंत्रों के उच्चारण की स्पर्धा होती रही । कौन विजयी हुआ, इसका निर्णय करने की क्या विधि थी, बता सकते हैं? छत पर एक रस्सी की सहायता से एक मटकी लटकाई जाती थी. जिसकी मंत्र ध्वनि से मटकी टूट कर नीचे गिर जाए वो विजयी । छत पर टंगी हुई मटकी मंत्र ध्वनि से फूट कर नीचे गिर सकती है, तो उस मंत्र ध्वनि का प्रयोग करके क्या हमारे शरीर के रोग नष्ट नहीं किए जा सकते ?

आरंभ में जिसका उल्लेख किया गया था कि पुल पर से मिलिट्री की परेड नहीं जाती, इसका कारण आपके ध्यान में आ गया होगा । परेड का जाना यानी क्या, एक ही समय सबका दायां पैर ऊपर, एक ही समय सबका पैर नीचे, दूसरे ही क्षण सभी का बायाँ पैर ऊपर-नीचे । एक विशिष्ट लयबध्दता । लेफ्ट राइट एक विशेष प्रकार की ध्वनि तरंग Wave – Length और उसकी बार-बार पुनरावृत्ति से पुल में दरारें पड़ सकती हैं, मंत्र में भी यह विज्ञान छुपा हुआ है ।

अभी-अभी 20-25 वर्षों में एक बड़ा विवाद उपस्थित हो गया है । यह विवाद प्राचीनकाल में भी था परन्तु अभी बहुत बढ़ गया है । स्त्रियों व्दारा गायत्री मंत्र का जाप किया जाए या नहीं ? गुरु चरित्र व दुर्गा सप्तशती ग्रन्थ का पठन स्त्रियां करें या नहीं ? इस पर दोनों पक्षों की ओर से उल्टे-सीधे वाद-विवाद, शास्त्र, ग्रन्थ का प्रमाण देकर हमारा कहना ही सही है, ऐसा सिध्द करने का प्रयास किया गया है । हम यहाँ केवल वैज्ञानिक दृष्टिकोण से परिस्थिति को स्पष्ट कर रहे है । गायत्री मंत्र का पहले विचार करें । गायत्री मंत्र का संबंध सूर्य से है और सूर्य का संबंध बुध्दि से है । अब गणित के समीकरण के अनुसार अ = ब तथा ब = क हो तो अ = क स्वाभाविक रूप से होता है । गायत्री मंत्र का संबंध सूर्य से होने के कारण स्वभावतः गायत्री मंत्र ऊष्ण मंत्र है अर्थात ऊष्णता उत्पन्न करने वाला है । अन्य मंत्रों का पुरश्चरण सरल है परन्तु गायत्री मंत्र का पुरश्चरण बहुत कठिन है क्योंकि पुरश्चरण के लिए 24 लाख मंत्रों का जाप आवश्यक है । पूर्व तैयारी, पूर्व पुण्याई, जन्मजात उत्तम संस्कार, अधिकारी गुरु नहीं मिले तो परिणाम यह होगा कि शरीर में बहुत ऊष्णता निर्माण होगी । दूसरी बात भी महत्वपूर्ण है कि इससे काम वासना तीव्र होती है और इतनी तीव्र होती है कि व्यक्ति विकृत हो सकता है । 16 लाख जाप करने वाले एक युवक ने रोते-रोते हमारे गुरुजी के सम्मुख 'मुझे इस पतन से बचाइये' कहकर अत्यन्त करुणा से प्रार्थना की थी । इस जाप के कारण उसकी कामवासना इतनी तीव्र हो गई कि घर में बड़े भाई की पत्नी अर्थात भाभी, छोटी-बड़ी बहनें, भतीजी ही क्या, पर माता की तरफ देखने की दृष्टि भी काम वासना से दूषित हो गई । उसे भय लगने लगा कि किसी क्षण आवेश में आकर किसी के भी साथ दुष्कर्म कर डालूंगा तो

क्या होगा ? गायत्री मंत्र इतना ऊष्ण है ।

मान लीजिए, किसी कन्या ने विवाह पूर्व इस मंत्र का जाप शुरू कर दिया । योग्य अधिकारी गुरु न होते हुए, अपेक्षित मार्गदर्शन न मिला अर्थात उसकी आयु के अनुसार कितना जाप करना चाहिए, ये ध्यान में नहीं लेते हुए यदि जाप किया तो विवाह के पश्चात ससुराल जाने तक शरीर में इतनी ऊष्णता उत्पन्न हो जाएगी कि वह गर्भ धारण नहीं कर सकेगी । इस बात को ध्यान में रखकर ही स्त्रियों के लिए गायत्री मंत्र के जप की मनाही थी । मान लो यथायोग्य संख्या में जाप किया, यथायोग्य नियमों का पालन किया तो ? वह स्वयं व उसकी सन्तान अत्यन्त बुध्दिमान होगी, इसमें कोई शंका नहीं है । प्रश्न यह है कि उस बालिका को मार्गदर्शन कौन देगा ? कौन ऐसा प्रज्ञावान पुरुष होगा, जो उसे मार्गदर्शन दे सकेगा ? उसे प्रज्ञावान पुरुष सहजता से उपलब्ध नहीं होगा। असम्भव नहीं, पर दुर्लभ है ।

शैले शैले न माणिक्यं मौक्तिकं न गजे-गजे ।।
साधवो नही सर्वत्रम्, चंदन न वने-वने ।।

जो स्थिति गायत्री मंत्र की है, वही स्थिति दुर्गा सप्तशती की भी है । उसके भी अधिकांश मंत्र ऊष्ण हैं । कुछ दिनों पूर्व हमारे पास धुले की एक स्त्री ने नवरात्रि में दुर्गासप्तशती का पाठ करने की अनुमति मांगी थी । वह स्त्री विवाहित, तीन सन्तानों की माता, उच्च शिक्षित M.A. PH.D. , उत्तम साधिका है । हमने उससे कहा- सम्पूर्ण नवरात्रि में एक पाठ करना उत्तम है परन्तु उसे इससे सन्तोष नहीं हुआ । श्री दुर्गा सप्तशती में तीन चरित्र हैं । प्रथम-मध्यम-उत्तर । हमने उससे कहा-प्रतिदिन एक चरित्र अर्थात तीन दिन में एक पारायण । नौ दिन में तीन पारायण । इससे अधिक मत करना अन्यथा शरीर से रक्त का स्त्राव होगा । फिर भी उस स्त्री ने नवरात्रि के नौ ही दिन प्रतिदिन एक सम्पूर्ण पाठ किया अर्थात नवरात्रि में नौ पाठ । परिणाम ? दशहरे के पश्चात् उसे मासिक धर्म, वह भी समय से पूर्व और अधिक रक्तस्त्राव शुरू हो गया । घबराकर उसने फोन पर हमसे उपचार पूछा । अपनी गलती भी स्वीकार की । डॉक्टर की दवाई से कोई लाभ नहीं हुआ । श्री दुर्गा सप्तशती का पाठ स्त्रियाँ करें, इसमें हमें कोई ऐतराज

नहीं है बल्कि इसके विपरीत हम उन्हें प्रोत्साहित करते हैं परन्तु कितना करें, कब करें, कैसे करें, ये कौन बताएगा ? उस स्त्री की आयु, विवाहिता है अथवा कुमारी है, सन्तान की, पति की उस पर क्या जिम्मेदारी है ? पूर्व- संस्कार ? पूर्व पुण्याई कितनी है ? कितनी आन्तरिक शुध्दता है, इन सभी बातों का विचार करना पड़ेगा ।

गुरु चरित्र की तो बात ही अलग है । यह वैराग्य प्रधान ग्रन्थ है । मन लगाकर श्रद्धा से गुरु चरित्र के वर्ष भर पारायण करके देखिए । संसार से मन उचट जाएगा । एक बडी मजेदार घटना सुनिए । वरणगांव फैक्ट्री में एक गरीब ब्राह्मण युवक था । उसका विवाह निश्चित हुआ । विवाह पूर्व ही उसकी भावी पत्नी चल बसी । उसकी गरीबी के कारण दूसरा कोई उसे अपनी लड़की देने को तैयार नहीं था । किसी ने उसे सलाह दी कि गुरु चरित्र का वर्ष भर पारायण करो। वैसे तो यह सलाह ही गलत है परन्तु सलाह देने वाला कोई दत्तभक्त होगा। पारायण करने के लिए तो कह दिया पर कितना करना है, यह नहीं बताया । उस युवक ने पारायण शुरू किये । हमसे जब वह मिला, उस समय तक उसके 15-16 पारायण हो चुके थे । उसने हमसे कहा- 'स्वामीजी, अब मेरी विवाह करने की इच्छा ही नहीं रही' । हमने उसे पारायण बंद करने की सलाह दी. पुरुष की गृहस्थी में रुचि न हो तो स्त्री किसी न किसी प्रकार घर चला लेगी परन्तु स्त्री के मन में यदि वैराग्य उत्पन्न हो जाए तो घर-गृहस्थी कैसे चलेगी ? इसलिए स्त्रियों के लिए गुरुचरित्र पठन वर्ज्य है । चाहे इसे पुरुष का स्वार्थ कहें परन्तु घर में बाल-बच्चे बड़े हो गए, बहू आ गई अथवा रजोनिवृत्ति हो गई तो प्रसन्नता से गुरुचरित्र या दुर्गा सप्तशती का पाठ करें या गायत्री मंत्र का जाप करिए या और कोई उपासना करिए परन्तु योग्य अधिकारी व्यक्ति से मार्गदर्शन लेकर ही करिए । फिर थोड़ा स्पष्ट करता हूं । जिस प्रकार स्त्रियों के लिए गायत्री मंत्र की मनाही थी वैसे ही पुरुषों के लिए भी शुध्द ॐ का उच्चारण करने की मनाही है । यह अधिकार केवल साधु-संन्यासियों के लिए ही है । ऐसा भेदभाव क्यों ? क्योकि शुध्द ॐ का उच्चारण काम वासना नष्ट करता है । गृहस्थाश्रम में रहकर ऐसा कैसे चलेगा ? साधु-संन्यासियों को काम वासना से मुक्त होना

होता है । इसलिए शुध्द ॐ उच्चारण का उनको अधिकार है. फिर क्या गृहस्थों को ॐ का उच्चारण नहीं करना चाहिए ? ऐसा नहीं है । ऋषि-मुनियों ने उनकी व्यवस्था भी कर रखी थी । ॐ को सौम्य करके । विज्ञान की भाषा में पानी मिलाकर डायल्यूट करके । ॐ का उच्चारण तो हो परन्तु तीव्र परिणाम न हो इसलिए ॐ के साथ अन्य शब्दों की, अक्षरों की, जोड़ लगाई । जैसे ॐ नमः शिवायः, ॐ नमो भगवते वासुदेवाय, ॐ गं गणपतये नमः आदि । उससे ॐ सौम्य हो गया । इसका लाभ यह हुआ कि भगवान शंकर की, भगवान गणेश की उपासना भी हो गई, यह दोहरा लाभ । इतने विलक्षण थे हमारे ऋषि-मुनि । हमें उन पर गर्व होना चाहिए । परिस्थिति उल्टी है । पाश्चात्य शिक्षण पध्दति के कारण ऋषि-मुनि और प्राचीन साहित्य पर शर्म का अनुभव करने वाले बुध्दिजीवी जीव तैयार हो रहे हैं । ऐसे इन बुध्दिजीवियों ने देश, धर्म और समाज की जितनी हानि की है, उतनी हानि दूसरे किसी ने भी नहीं की । मुसलमानों ने उनके शासनकाल में कई मन्दिरों को तोड़ा परंतु अंग्रेजों ने उनके शासनकाल में आपके ही हाथ में हथौड़ी पकड़ा दी । उनके व्दारा लाई गई मैकाले की शिक्षण पद्धति. भारतीय आधुनिक शिक्षण पद्धति का जनक । उसने अपनी मां को लिखे एक पत्र में लिखा था- ''माँ, मैं इस देश को ऐसी शिक्षण पद्धति देकर जाऊंगा कि भारत से अंग्रेज भले ही चले जाएं पर गुलामी नहीं जाएंगी '' और अब आप अपने चारों ओर देखिए, उसका लेखन कितना सही था । केवल दो उदाहरण बताता हूँ । अंग्रेज थे उस समय जितनी दुकानों के बोर्ड अंग्रेजी में नहीं थे, उतनी दुकानों के बोर्ड अब अंग्रेजी में मिलेंगे । कक्षा पांच भी उत्तीर्ण न कर सकने वाला दुकानदार, अंग्रेजी के पांच शब्दों के स्पेलिंग सही नहीं लिख सकने वाला नाई अथवा अन्य कोई भी, उसकी दुकान का नाम देखो अंग्रेजी में ही होगा- ''हेयरकटिंग सलून'' । कोई किसी के घर मिलने के लिए जाए तो जूते-चप्पल बाहर निकालकर रखने का विवेक नहीं रहा । बैठक में ही क्या, रसोई घर में तक जूते-चप्पल पहनकर चले जाते है, कुछ तो धार्मिक पूजापाठ, यज्ञयाग चल रहे हों वहां भी ऐसा ही व्यवहार करते है । इससे भी अधिक वैज्ञानिक अभिमान की बातें । कमाल ही है, उन मूर्खों को यह समझ में नहीं आता है कि जिस रास्ते पर चलकर

ये घर में आए हैं वहां की मिट्टी के साथ रोग-कीटाणु हमारे घर में आए हैं ?

मुसलमानों ने पांच सौ वर्षों तक यहां शासन किया किन्तु कोई भी हिन्दू अपने माता-पिता को खाला या अब्बा जान नहीं कहता। अंग्रेजों के डेढ़ सौ वर्षों के शासन में ही आज इराक और इजिप्त की "ममी" घर-घर में आ गई है।

एक बार एक सद्गृहस्थ हमारे पास अपने पुत्र की शिकायत करने लगे कि उनका पुत्र बात नहीं मानता है, जिद्दी है, हमारी तरफ ध्यान नहीं देता। हमने पूछा- तुम्हारा पुत्र तुम्हें क्या कहकर सम्बोधित करता है ? उन्होंने कहा- "पप्पा"। हमने कहा- बस फिर हो गया, अब शिकायत कैसी? जिस संस्कृति से पप्पा शब्द आया है, उस संस्कृंति में बालक अपने माता-पिता को सम्मान नहीं देते। उनके मतानुसार - 'माताजी, पिताजी' कहना पिछड़ेपन का संकेत है। आप सोच रहे होंगे कि विषय को छोड़कर मैं भटक गया हूँ। ऐसा बिल्कुल नहीं है। मै मंत्रों के विषय में ही बता रहा हूँ।

अभी कुछ दिनों पहले ही एक साधक स्त्री ने, जो पूजापाठ, सद्ग्रन्थ वाचन नियमित करती थी, सत्संग में जाती थी, उसने अत्यन्त संकोच से उसके मन की बात बताई। "स्वामी जी, आप इन्हें जरा समझाइये. इनकी कामवासना अत्यंत तीव्र हो गई है। अब बच्चे बड़े हो गए है, हमारे विवाह को बीस वर्ष से अधिक हो गए हैं। अब काम वासना कम होनी चाहिए पर इसके विपरीत बढ़ती ही जा रही है। दिन भर पूजापाठ, ध्यान, सत्संग का आनंद रात्रि के आरंभ में वेदना से समाप्त होता है।" हमने उस गृहस्थ से पूछा तो उन्होंने बताया कि शिकायत सही है पर क्या करूँ, मैं संयम नहीं रख पाता।" हमने पूछा- "क्या तुम्हारी मन से इच्छा है कि तुम्हें संयमित होना चाहिए। उसने भी अत्यन्त करुणा से कहा कि मेरी इच्छा भी पूर्ण रूप से संयमित होने की है, पर मैं लाचार हूं।" हमने उन्हें बताया कि "अगर सचमुच तुम्हारी ऐसी इच्छा है तो मुझे केवल पांच मिनिट प्रतिदिन दो, वो तैयार हो गया। हमने उसे बताया कि "रोज प्रातःकाल पांच मिनिट आंखें बंद कर नाभि के नीचे, इन्द्रिय के ऊपर अर्थात दोनों जंघाएं जहाँ कमर से जुड़ती हैं, वहां देखने की कल्पना करते हुए केवल पांच मिनिट 'बं-बं भोलेनाथ' मन में कहो। उसने कहा, ठीक है। डेढ़ माह बाद उसने

फोन करके बताया कि अब सब ठीक है, फरक पड़ा है और अब अच्छा चल रहा है।''

मूलाधार चक्र के ऊपर जो दूसरा चक्र है, उसका बीज मंत्र है- 'बं'। भगवान शंकर के मंदिर में जाकर जो लोग घोष करते हैं, वास्तव में कोई कारण न होते हुए भी करुण स्वर में शिवजी को पुकारते हैं ।

शिव मंदिर के ऊपर गुम्बद होता है तथा शिव मंदिर का दरवाजा छोटा होता है, ऐसा क्यों ? गुम्बद के कारण ध्वनि गूँजती है और परावर्तित होती है। उसकी तरंगें दरवाजा बड़ा हो तो बाहर चली जाएंगी, छोटा होगा तो तरंग शरीर को स्पर्श करेगी ।

क्या आपने कभी इस शब्द का विचार किया है ? यह सादा शब्द नहीं है। मंत्र है काम वासना पर नियंत्रण करने का । भोलेनाथ शिवशंकर के बारे में आप लोगों ने पढ़ा होगा या सुना होगा । काम दहन करने की कथा भी पढ़ी होगी. काम दहन करने वाले भोलेनाथ और उनसे जुड़ा स्वाधिष्ठान चक्र, जिस चक्र का नियंत्रण लिंग इन्द्रिय पर है. जैसे मूलाधार चक्र गुदद्वार पर नियंत्रण का कार्य करता है. वह स्वाधिष्ठान चक्र जननेंद्रियों पर (स्त्री-पुरुष) नियंत्रण करता है। स्वाधिष्ठान चक्र का बीज मंत्र 'ब' उससे जोड़ा गया । आज जो बालक चार-पांच वर्ष का है, वह 'ब' बोलने लगे तो बीस-पच्चीस वर्ष का होने तक साधु-संन्यासी ही होगा । गृहस्थाश्रम दूर की बात है, पूर्वजों ने विचार किया कि संन्यासी न हो और कामी पशु भी न हो, संयमित रहे, इसके लिए क्या करें तो 'ब' अक्षर से शब्द बनाया 'बा-बा' । बचपन से बालक बाबा उच्चारण करता रहा तो बड़ा होने पर 40 वर्ष के आसपास पहुंचने पर उसके मुंह से बाबा शब्द इतनी बार बाहर निकल चुका होगा कि ऊपर बताए गए व्यक्ति पर अलग से प्रयोग करके नियंत्रण करने की आवश्यकता यदि पड़ी, वैसे तो पड़ेगी ही नहीं, वह अपने आप ही संयमित हो जाएगा.

रामकृष्ण परमहंस के पास एक व्यक्ति गया और कहा- ''महाराज मुझे अफीम खाने की आदत है. प्रयत्न करके भी नहीं छोड़ पा रहा हूँ ।'' उन दिनों अफीम बाजार में मिलती थी । रामकृष्ण परमहंस ने पूछा- '' क्या तू सचमुच

अफीम छोड़ना चाहता हैं''? उसने कहा-''हां महाराज'' । रोज कितनी अफीम खाता है, उन्होंने पूछा ?'' ''उसने कहा-एक तोला'' ''ठीक है'' रामकृष्ण ने उससे कहा- ''एक तोला वजन का बाट, वजन करने का कांटा और एक पत्थर का टुकड़ा लेकर आ।'' वह व्यक्ति ले आया. उन्होंने एक तोला वजन करके उसे अफीम दी और एक तोला अफीम के बराबर ही पत्थर का टुकड़ा लिया और दोनों को तोलकर बताया । वह व्यक्ति बोला- ''मैं कैसे भी करके अफीम छोड़ना चाहता हूँ ।'' ''छूटेगी-छूटेगी, रामकृष्ण ने कहा.'' इतने दिनों का व्यसन एक दिन में थोड़े ही छूटता है । यदि एक दिन में ही छोड़ दिया तो बीमार हो जाएगा. अब देख तेरी मुझ पर बहुत श्रद्धा है न, तो एक काम कर. प्रतिदिन अफीम के बराबर खडु ले, फिर इसी से दीवार पर मेरा नाम लिख-रामकृष्ण । बस जा अब तेरे ध्यान में आ रहा है कि क्या होगा ? वजन करने के लिए रोज वही खडु लो - वजन करो, उस खडु से दीवार पर रामकृष्ण लिखो, दूसरे दिन वही खडु लो और लिखो. धीरे-धीरे खडु घिसावट से कण-कण करके कम होगा, उसके बराबर तोली हुई अफीम भी प्रतिदिन कम होती जाएगी और आदत धीरे-धीरे छूट जाएगी।''

इसी प्रकार इस प्रयोग में बाबा कहते-कहते 50 वर्ष की उम्र में कामवासना से निवृत्त 'वानप्रस्थ', शान्त संयमित जीवन, जैसे बा-बा शब्द । इसकी अपेक्षा भी अधिक परिणामकारक शब्द है 'मां' (आई). योग साधना में कुण्डलिनी उर्ध्वगामिनी करके शिव शक्ति के मिलन के लिए जो महत्वपूर्ण बीज मंत्र है, उनमें से दो बीज मंत्र का (सम्प्रदाय, पन्थ, गुरु परम्परा से बीज मंत्र में थोड़ा अंतर होता है परन्तु मूल तत्व वही रहता है ।) उच्चारण आ और ई इन अक्षरों से मिलता-जुलता है । ईश्वर शब्द में ई-स्वर शब्द की समानता ध्यान में लाइये । दूसरे शब्दों में कहना हो तो आई (मां) बीज मंत्र है । मन शांत, पवित्र, संयमित, शुध्द करने की शक्ति उसमें है । ईसाई संस्कृति में, पाश्चात्य जगत में अध्यात्म साधना, यह विषय ही नहीं है । उनके वर्ण, अक्षर, भाषा, शब्द का साधना से कोई संबंध नहीं है इसलिए अंग्रेजी, फ्रेंच, जर्मन आदि भाषाओं में प्रार्थना होगी पर स्तोत्र मंत्र नहीं हैं । विशेषतः मंत्र ध्यान में लाइए. प्रतिदिन घर में बालक आई-बाबा कहते रहते हैं.

जाने-अनजाने वे बीजमंत्र ही कहते हैं । आई-बाबा कहनेवाले बालक बड़े होने पर भले ही घर में मतभेद होंगे, अनबन होगी, मनमुटाव होगा फिर भी वे उनके माता-पिता को वृध्दाश्रम में नहीं पहुंचाएंगे, यह निश्चित है । वर्तमान में जो वृध्दाश्रम में हैं, उन अभागे माता-पिता से जाकर पूछिये- ''तुम्हारा बेटा, बहू क्या करते हैं ?'' 100 में से 98 वृध्द कहेंगे- हमारा बेटा सरकारी नौकरी में, कम्पनी में बड़ा अफसर है और बहू ग्रैजुएट है । मैकाले शिक्षण पध्दति का ही यह आनन्द है। घर में कहेंगे मम्मी-पापा । आई-बाबा इन शब्दों में स्वर है 'आ' और आ स्वर का उपयोग करके अन्य रिश्तों को सम्बोधन मिला दादा, मामा, काका, नाना आदि । आज सभी रिश्तों के लिए एक ही शब्द है 'अंकल' । इस शब्द का संस्कृति से क्या संबंध है ? यहाँ कोई यह आशंका उपस्थित करेगा कि पप्पा शब्द में भी 'आ' तथा मम्मी शब्द में भी 'ई' है, यह कैसे ? ये शब्द जिन शब्दों से जुड़कर सम्पूर्ण शब्द की जो तरंग (Wave length and frequency) निर्माण होती हैं, वह महत्वपूर्ण है। 'म' अक्षर का सम्बन्ध कारण शरीर से, अहम बिन्दु से आता है. मूल में 'म' मधुर अक्षर हो तो भी ई से संयोग होते ही 'मी' यह अहंकार द्योतक शब्द तैयार हो गया (हिन्दी में भी मैं) घी और मधु दोनों ही उत्तम पौष्टिक हैं परन्तु उनका समान मात्रा में मिश्रण विष तैयार करता है । पानी सभी तरह से उत्तम, मिट्टी भी नरम पर बुरी नहीं किन्तु पानी और मिट्टी दोनों मिलते ही कीचड़ होता है. उसी प्रकार कौन सा शब्द कौन से स्वर के साथ अथवा दूसरे अक्षर के साथ जोड़ दिया गया तो कौन सी तरंग उत्पन्न होगी, ये जानना महत्वपूर्ण है ।

इन दिनों विज्ञान के क्षेत्र में स्वर विज्ञान, ध्वनि विज्ञान पर कई अनुसन्धान हो रहे हैं । वैज्ञानिकों को भी संस्कृत में मंत्र स्तोत्र में रुचि निर्माण होने लगी है, उनके भी ध्यान में आने लगा है कि मंत्र अर्थात शब्दों की कोई ऐसी वैसी जोड़-तोड़ न होकर उनमें विशिष्ट विज्ञान है । विशिष्ट ध्वनि तरंग आन्दोलन (Vibration) निर्माण करने के लिए शब्दों की व अक्षरों की विशेष व्यवस्था आवश्यक है । कुछ वर्षों पहले मिसेस वाट्स हूम्स नामक एक स्त्री ने लॉर्ड लेटिन और अनेक महानुभावों की उपस्थिति में 'एईडोफोन' नामक एक वाद्ययन्त्र की सहायता से अलग-अलग राग बजा कर रेत व पर्दे पर अलग-अलग आकृतियाँ निर्माण कर दिखाईं । स्वर

कम्पन से विशिष्ट आकार तैयार होते हैं । एक बार उसने स्वर कम्पनों की सहायता से एक फूल का आकार तैयार किया लेकिन बाद में दूसरी बार फिर से वैसा आकार उत्पन्न नहीं हो पाया। फिर उसने निरन्तर आठ दिन तक उसका अभ्यास करके फिर प्रयोग करके वैसा फूलों का आकार प्रकट किया । उससे यह निष्कर्ष निकला कि (1) - स्वर से आकार उत्पन्न होता है, (2) - विशेष स्वर, विशेष कम्पन, विशेष आकार तैयार करते हैं (3) - यदि आपको कोई विशेष आकार चाहिए तो उसके लिए विशेष शब्द रचना, ध्वनि तरंग का उपयोग करना पड़ेगा (4) - उसके लिए दूसरा स्वर, ताल, संगीत में भले ही समानता हो पर वह काम की नहीं । फ्रेंच जीव विज्ञानी फेबियन मामे और पेरिस के फ्रेंच नॅशनल सेंटर फॉर साइन्टिफिक रिसर्च के वैज्ञानिक हैलन ग्रिमल ने संयुक्त रूप से स्त्री के गर्भाशय कैंसर पर विशिष्ट ध्वनि तरंगों के आघात का प्रयोग किया । कैंसर के कोष टूटने लगे । प्रयोग में ऐसा निष्कर्ष निकला कि वाद्य संगीत की अपेक्षा कंठ संगीत (गायक के व्दारा गाए गए, कंठ से निकलने वाले) ज्यादा प्रभावशाली परिणाम करता है। उसी प्रकार उन्होंने एक स्त्री के स्तन में कैंसर की गांठ पर ऐसा ही प्रयोग किया और गांठ नष्ट हो गई । हान्सजेनी नामक स्विस वैज्ञानिक ने, ध्वनि तरंगों का, उनके विभिन्न परिणामों का अभ्यास करके पुस्तक लिखी। तरंगों का, स्पन्दनों का क्या परिणाम होता है, ये प्रयोग सहित विस्तारपूर्वक लिखा. इतना ही नहीं उन्होंने 'टेनोस्कॅप' नामक एक यंत्र तैयार किया । इस यंत्र की सहायता से इलेक्ट्रॉनिक युक्तियों का उपयोग न करते हुए केवल स्वर शब्दों के स्पंदन से कैसे आकृति उत्पन्न होती है, यह दिखाया । टेनोस्कॅप की सहायता से ॐ की ध्वनि उत्पन्न की गई और रेत पर (पर्दे पर) ॐ की आकृति दिखाई दी । विशेष यह है कि ध्वनि कंपन से विशेष आकृति केवल संस्कृत भाषा की ही होती है व दूसरी प्राचीन हीब्रू भाषा से । अंग्रेजी, फ्रेंच, जर्मन, चीन आदि से आकृति उत्पन्न नहीं होती । श्रीसूक्त और अन्य मंत्रों से श्री यंत्र की आकृति तैयार हो गई। रोनाल्ड नामेथ नाम के एक फोटोग्राफर ने उनके फोटो भी लिए ।

भारत के प्रसिध्द महान शास्त्रीय गायक जसराज जी ने एक अनुभव बताया । एक छोटी बालिका को 'मेननजायटिस' (मस्तिष्क ज्वर) हुआ था । वह

बेहोश हो गई. डॉक्टरों के इलाज से कोई फायदा नहीं हुआ । बालिका के माता-पिता पंडित जसराज जी के पास आए । वे उस बालिका के सिरहाने बैठकर पांच दिनों तक राग दरबारी कानडा गाते रहे । पांच दिनों के पश्चात वह बालिका पूर्णतः होश में आ गई और रोग मुक्त हो गई । एक बार उन्होंने बुध्द पूर्णिमा के दिन (बैसाख शुक्ल पूर्णिमा) खुले आकाश के नीचे, स्वच्छ आकाश व चन्द्र प्रकाश होते हुए धुतिया मल्हार राग गाया और अचानक जमकर बरसात होने लगी । ऐसा तीन बार हुआ । भिन्न-भिन्न शास्त्रीय रागों का शरीर के भिन्न-भिन्न भागों पर परिणाम होता है व रोग निवृत्ति में सहायता मिलती है । जैसे दरबारी राग से मस्तिष्क में रक्ताभिसरण में मदद मिलती है । इससे सम्बन्धित विकृति भी दूर होती है । आसावरी दरबारी राग गाने से सिरदर्द दूर होता है । व्यवस्थित रूप से यदि प्रयोग किया जाए तो सिरदर्द स्थायी रूप से ठीक होता है । भैरवी प्रातःकाल में गाने से ज्वर उतर जाता है । भैरव राग कफ नाशक है, लघुग्रन्थि भी दूर करता है । सारंग राग पित्त-नाशक है । पिलिया संबंधी रोगों पर उत्तम उपाय है। राग पेट के रोग मिटाता है । केदार राग निद्रानाश का रोग दूर करता है । सृष्टि की उत्पत्ति ॐ ध्वनि तरंग से हुई है, ऐसा हमारे उपनिषद कहते हैं । कुरान और बाइबल ने भी यह स्वीकार किया है और आधुनिक विज्ञान ने भी ध्वनि तरंग के विस्फोट से जगत की उत्पत्ति होना स्वीकार किया है । ॐ ध्वनि अनाहत नाद है। सात प्रकार के नाद अनाहत हैं । ॐ सबसे महत्वपूर्ण व अन्तिम है । हमारे शरीर में हृदय की धक-धक, रक्ताभिसरण की सर-सर आदि जो सूक्ष्म ध्वनि तरंगें उत्पन्न होती हैं, वे छः प्रकार की हैं । शास्त्रीय संगीत में इसीलिए 'षड्ज' छः ध्वनि तरंग अस्तित्व में हैं । इसीलिए उनका शरीर पर परिणाम होता ही है । जैसे शास्त्रीय संगीत, वैसे ही स्तोत्र मंत्र दो अलग-अलग व्यक्तियों पर किये गये प्रयोग से अनुभव में आये । 'हरे राम, हरे कृष्ण' इस मन्त्र से दुर्घटनाग्रस्त अथवा जन्मजात मानसिक विकलांगता से स्मृतिभ्रंश होनेवाले अथवा स्मरण शक्ति खो देने वाले अथवा बाह्य जगत के आचार-विचार का भान नहीं रहा ऐसे व्यक्तियों को इससे लाभ मिला है । स्मृति बढ़ी है, होश आया है ।

प्राचीन काल में ऐसा रिवाज था कि पाँच वर्ष के बालक का यज्ञोपवीत

संस्कार होता था । वह पांच-दस की संख्या में गायत्री मंत्र जपता था । बाद में धीरे-धीरे वह जब तीस वर्ष का होता, जब उसका पुत्र पाँच वर्ष का हो जाता तब तक कम से कम एक लाख जाप हो गए होते । जिसके कम से कम एक लाख जाप हो जाते उस समय एक पुत्र को मंत्र देने का अधिकार मिलता था । जिसने पुनश्चरण किया होगा उसे ही एक से अधिक बालकों को मंत्र देने का अधिकार होता था । तभी उन मंत्रों मे तेज-और-बल आता था । दो उदाहरणों से यह समझा जा सकता है । बन्दूक की गोली को हाथ में लेकर अपनी पूरी ताकत से एक तरफ फेंकें तो वह गोली रुई से भरे हुए गद्दे, तकिये में भी नहीं घुस सकेगी । परन्तु जब ये बन्दूक के माध्यम से जाती है तब हड्डी में क्या, लकड़ी में, सीमेंट की चुनी हुई दीवार में घुस जाती है । बन्दूक की गोली वही है । फरक किससे पड़ा, माध्यम का, Speed and force का, उसी प्रकार मंत्र का भी है । मंत्र किसके मुख से मिला, उसका अधिकार क्या है, यह बहुत महत्वपूर्ण है ।

दूसरे उदाहरण पर ध्यान दीजिये, आप पीपल की टहनी लगाएं अथवा बीज बोएं, पीपल नहीं उगता है । हम देखते हैं पीपल कुएं की मेड़ पर, सूने पड़े मकान की दीवारों पर, छत पर कहीं भी उग जाता है, ऐसा क्यों ? व्यंकटेश स्तोत्र में कहा गया है (काग विष्ठेचे झाले पिंपळ) पीपल का बीज अपने आप अंकुरित नहीं होता जब भी कौवे के अथवा किसी भी पक्षी के पेट में जाता है तब उसके पेट में कई रासायनिक प्रक्रियाएं होती हैं ।उससे बीज में अंकुरित होने की शक्ति आती है । जब ऐसा पूरा बीज कौवे या पक्षी के पेट से बाहर निकलता है, तब वह अंकुरित होता है । उसी तरह जिसने गायत्री मंत्र का खूब जाप किया गया होगा, उसके मुंह से जब वो मंत्र बाहर आएगा तभी वह प्रभावी और शक्तिशाली होगा । इन दिनों जो पिता बनने वाले हैं, उन्होंने स्वतः ही जाप नहीं किया तो वे अपने बालकों को कहाँ से देंगे ? कर्मकाण्ड करने वाले ब्राह्मण ही यह मंत्र देते हैं । उन्होंने भी कभी पुरश्चरण नहीं किया होता है । उनका स्वयं का जाप भी लाखों की संख्या में नहीं होता तो भी वे मंत्र देते रहते हैं । इससे मंत्र में तेज-ओज का प्रभाव नहीं रहता । दूसरी बड़ी गलती होती है जाप करने के समय के विषय में। आजकल तो सभी लोग ब्रह्ममुहूर्त शब्द ही भूल गए हैं । अब यह शब्द केवल ग्रन्थों

में पढ़ने और सुनने को मिलता है। ब्रह्ममुहूर्त में कोई उठता ही नहीं है, रात में देर तक टीवी देखना वैसे ही अन्य काम होते हैं, पूरी जीवन शैली ही बदल गई है। प्रातः सूर्योदय के पश्चात उठना, उसके बाद सारे कार्यक्रम निपटा कर स्नान, उसके बाद गायत्री मंत्र का जाप, इसका क्या फल मिलने वाला है ?

सही पध्दति यह है कि आपको जिस संख्या में जाप करना है, उसको कितना समय लगता है, यह देखिये। एक माला को (108 मणि) साधारणतः दस मिनिट का समय लगता है. मान लीजिये किसी को पाँच मालाएं जपनी हैं, (उपासना के लिए कम से कम इंतना तो करना ही चाहिए) अर्थात उसे कम से कम पचास मिनिट लगेंगे। उसे सूर्योदय से पचास मिनिट पहले बैठना चाहिये अर्थात उसके अन्तिम पांच-दस मंत्र जाप करने शेष रहेंगे तब पूर्व में सूर्य बिम्ब क्षितिज पर दिखना चाहिए। तत्पश्चात् जाप करके वह जल सूर्यनारायण को अर्पण करना चाहिए। कैसे ? यह भी एक रहस्य है, विज्ञान है। अर्घ्य देते समय हाथों में ताम्बे के लोटे को पकड़ कर सिर के ऊपर ले जा कर इस रीति से पानी गिरे कि सूर्य नारायण और आपकी आंखों के बीच पानी का पर्दा तैयार हो जाए. उस पानी में से उगते हुए सूर्य के दर्शन कीजिये। उगते हुए सूर्य की स्वर्णयुक्त लालिमा लिए हुए कोमल किरणों को पानी के पर्दे से किसके लिए देखना है ? सूर्य की किरणों में अनेक प्रकार की किरणें हैं। अल्ट्रा वायलेट, इन्फ्रारेड आदि किरणें आंखों को नुकसान पहुंचाती हैं। उगते हुए सूर्य की किरणें पानी के पर्दे को पार कर जब आपकी आंखों तक पहुंचती है तब इन्फ्रारेड, अल्ट्रावायलेट आदि किरणें आवर्तित होकर दूसरी दिशा में चली जाती हैं, आंखों में नहीं आतीं। आंखों में केवल वही किरणें प्रविष्ट होती हैं जो शरीर को, आंखों को व मुख्यतः बुध्दि को तीव्र करने के लिए उपयोगी हैं। अब बताएं ऋषि-मुनियों ने इन किरणों की, उनके परावर्तन के नियमों की जानकारी के बिना ही जल सिर के ऊपर से हाथ ले जा कर पानी ड़ालते हुए उस पानी की धारा में से उगते हुए सूर्य के दर्शन का विधान क्यों किया?

इन दोनों मुख्य उदाहरणों के साथ शुध्द सात्विक आहार, विहार, ब्रह्मचर्य, जपस्थान (जंगल पहाड़ हो वो उत्तम, जहां काम-क्रोध, लोभ, मोह की

दूषित तरंगें न हों) आसन वगैरह सभी बातें अपनी-अपनी जगह पर महत्वपूर्ण होती हैं । इनमें से जिन बातों का जितना अधिक पालन होगा, उतना ही मंत्र अधिक प्रभावशाली और परिणामकारक होगा । जैसे गायत्री मंत्र के विषय में नियम हैं, वैसे ही न्यूनाधिक अन्तर से अन्य मंत्रों के लिए भी नियम हैं । उसी समय वे प्रभावशाली होते हैं । मंत्र में और बीज मंत्र में अन्तर है, मंत्र की अपेक्षा बीज मंत्र अधिक प्रभावशाली होता है ।

अब स्तोत्र मंत्र के विज्ञान को समझने का प्रयत्न करें । स्तोत्र रचना का मुख्य आधार मंत्र में कम्पन व ध्वनि तरंग है । इसमें एक और विशेषता है, इस विशेषता को समझने के लिए स्तोत्र कितने प्रकार के हैं, यह समझ लें ।

स्तोत्र का एक प्रकार है कवच । दूसरा प्रकार अर्थात इष्ट देवता को प्रसन्न करने के लिए की गई स्तुति । जैसे (श्रीदुर्गासप्तशती) के पहले और पाँचवें अध्याय के स्तोत्र । तीसरा प्रकार यानी देवताओं की ओर से मनोवांछित फल मिलने के पश्चात् अथवा कार्य सम्पन्न होने के पश्चात् उसके लिए कृतज्ञता व्यक्त करने के लिए की गई स्तुति । जैसे श्रीदुर्गासप्तशती के चौथे व ग्यारहवें अध्याय के स्तोत्र । जो लोग शिक्षित हैं, जिनको व्याकरण का ज्ञान है, उन्हें ज्ञात हैं कि 'तू' शब्द प्रयोग संस्कृत में 'त्वं' की तरह किया जाता है । जो तुम्हारे सामने उपस्थित है, प्रत्यक्ष हाजिर है उसे सम्बोधन के लिए उपयोग में लेते हैं । और वह तृतीय पुरुष एक वचन या बहुवचन के सम्बन्ध में जो अभी दृष्टि के सामने नहीं है, के लिए उपयोग में लेते हैं । ऋषि-मुनियों के अनेक स्तोत्रों में एक विलक्षणता ज्ञात होती है कि बहुत से स्तोत्र प्रत्यक्ष उपस्थित देवताओं के लिए ही हैं । जैसे चण्डीपाठ में (दुर्गासप्तशती) 'त्वं स्वाहा, त्वं स्वधा' अथवा श्रीगणपति अथर्वशीर्ष देखिये 'त्वमेव केवलं कर्तासि, त्वमेव केवलं हर्तासि' अर्थात गणपति कहीं आकाश में या स्वर्ग में नहीं अपितु हमारी दृष्टि के सामने हैं । आपको गणपति अथर्वशीर्ष का पाठ करते समय कभी ऐसा लगता है कि गणपति प्रत्यक्ष हमारे सामने हैं । हम गणपति की मूर्ति की बात नहीं करते, प्रत्यक्ष गणपति ही हैं । वे हमारे सामने उपस्थित होने जैसा हमें अनुभव नहीं होता, यही हमारा बड़ा अपयश है, कारण गणपति अथर्वशीर्ष गणपति का साहित्य रूप है ।

साहित्य रूप यानी क्या ? शब्द ध्वनि तरंगों से उत्पन्न होने वाली रूपाकृति । अब एक कृति करके देखिये । आप में से अधिकांश के पास टीवी होगा ही । उसे थोड़ा अव्यवस्थित (Disturb) करिये अर्थात टीवी के पर्दे पर चित्र न दिखते हुए अनेक खड़ी रेखाएं दिखाई देंगी । असंख्य रेखाएं दिखाई देगी। असंख्य रेखाएं जिन्हें विज्ञान की भाषा में Electro magnetic wave कहते है। अब बिल्कुल धीरे-धीरे कुशलतापूर्वक टीवी के बटन को घुमाइये । धीरे-धीरे वे रेखाएं एक-दूसरे में मिलती हुई पर्दे पर चेहरा कृति बनाने लगती हैं । किसी भी टीवी रिले केंद्र पर किसी का चेहरा प्रक्षेपित नहीं होता । किसी प्रकार की आकृति प्रक्षेपित नहीं होती । बल्कि उस चेहरे को हजारों Wave में रूपांतरित करके प्रसारित की जाती है । टीवी की आन्तरिक मशीन की रचना ऐसी है कि उन Waves को एकत्र करके चेहरा और आकृति तैयार होती है । बिल्कुल यही विज्ञान स्तोत्रों में प्रयोग में लाया गया है । गणपति अथर्वशीर्ष की रचना ऐसी है कि यदि आपको सही उच्चारण करना आ जाए, मन, हृदय में पूर्ण प्रसन्नता होगी तो श्लोक की तरंगों से धीरे-धीरे आकृति स्पष्ट होती जाएगी और वह आकृति गणेशजी की ही होगी ।

फ्रांस में एक पियानोवादक थी । वह एक बार समुद्र के तट पर बैठी थी। पियानो का आधा भाग उसकी जंघाओं पर और आधा समुद्र की बारीक रेत पर था। उसने अत्यन्त तन्मयता से पियानो बजाना शुरू किया । कुछ समय पश्चात वह अपनी तंद्रा से बाहर आई । उसकी दृष्टि सामने रेत पर पड़ी । उसे आश्चर्य हुआ । जब वह वहाँ बैठी थी, तब रेत पर कुछ नहीं था । अब यह आकृति कहाँ से आई ? एकदम उसके ध्यान में आया, पियानो बजाते समय वहाँ जो ध्वनि तरंगें उत्पन्न हुईं, उससे ही यह आकृति तैयार हुई होगी । परन्तु आकृति किसकी है ? उसने दूसरे व्यक्तियों को बुलाकर पूछा ''आपको रेत पर बनी आकृति दिखाई दे रही है ?'' ''उन्होंने कहा-हाँ, दिखाई दे रही है ? यह आकृति किसकी है, क्या आप ये बता सकेंगें ''? एक व्यक्ति ने कहा ''मैं नहीं बता सकता परन्तु ऐसी आकृति मैंने भारत में यात्रा के दौरान अनेक बार देखी है ।'' अन्त में एक भारतीय वहाँ आया. उसने बताया -''सरस्वती देवी की, विद्या की देवी, माँ शारदा

की यह आकृति है ।'' उसने पियानो वादक से पूछा, ''आप क्या बजा रही थीं ?'' उसने कहा, ''मुझे एक भारतीय मित्र ने एक संस्कृत काव्य सिखाया था, मैं वही बजा रही थी ।'' ''कौन सा स्तोत्र था?'' उसने स्तोत्र की दो- चार पंक्तियों का उच्चारण किया । भारतीय ने कहा, ''ये तो माँ सरस्वती की स्तुति का स्तोत्र है ।''

राम रक्षा केवल एक स्तोत्र व एक रचना नहीं है । वह राम का साहित्यिक स्वरूप है । रामरक्षा का यदि व्यवस्थित उच्चारण कर सके तो उसकी ध्वनि तरंगों से जो आकृति तैयार होगी, वह होगी कोदण्डधारी राम की । देवी-देवताओं की स्तोत्र रचना की यही विशेषता होती थी । ऋषि-मुनि अपने भक्ति प्रेम से, शुध्द आचार- विचार, चरित्र से स्तोत्र बोल कर उन देवताओं के प्रत्यक्ष दर्शन कर सकते थे । इसीलिए वह कह सकते थे, 'त्वम्', 'त्वमेव'। आज क्या परिस्थिति है ? स्त्रियों को माता होने की तो इच्छा है परन्तु स्तनपान कराने की इच्छा नहीं है । कैसा दुर्भाग्य है कि UNO को मातृदिवस और स्तनपान दिवस जैसे उत्सवों का कार्यक्रम करना पडता है । टीवी समाचार पत्रों में विज्ञापन देना पडता है । शिशुओं को उनके जन्मसिध्द अधिकार से वंचित किया जाता है । बोतल से दूध पिलाकर बालक का पेट भरा जाता है । गाय या भैंस का दूध नहीं, पाउडर का दूध, अभागे वे शिशु । इनके परिणाम का कोई भी विचार नहीं करता । बोतल का दूध पीकर बड़े हुए बालकों को र, ड, ण, ळ ऐसे अक्षरों के उच्चारण करना नहीं आता । माता के दूध से वंचितबालक देखिये, हँसते हुए उनके दाँत दिखाई देते हैं । मुख की आन्तरिक रचना में, जिव्हा की लचक और घुमाव की क्षमता में फरक पड़ता है । उच्चारण शुध्द कैसे होंगे ? भोजन में भी सात्विक और शुध्द आहार कहाँ रहा ? इन सबका परिणाम हमें ही भोगना पड़ेगा, देवताओं के दर्शन से वंचित होकर ।

After a study of some forty years and most of the great religious of the world, I find none of them is so perfect , none so scientific, none so philosophical and none so spiritual as the great religion known by the name of HINDUISM. The more you know it, more you will love it, more you understand it, more deeply you will value it !

-Dr. Annie Besant

....

स्तोत्र - मंत्र से रोगोपचार

कुछ रोग जो औषधोपचार से ठीक नहीं होते, वे स्तोत्र मंत्र के प्रभाव से ठीक हुए हैं, ऐसा हमें अनुभव से ज्ञात हुआ है । हमने स्वयं भी ऐसे प्रयोग किये हैं । परन्तु वे सभी बताने से पहले एक बात स्पष्ट रूप से कहनी है कि यदि किसी ने हमसे पूछा कि क्या मशीनगन से, ए.के. 56 रायफल से घर में कोई चूहा मार सकते हैं ? तो उत्तर होगा, हाँ मार सकते हैं परन्तु मशीनगन उसके लिए नहीं है । युध्द भूमि पर लड़ने के लिए है । यदि कोई पूछे कि क्या तलवार से रसोईघर में प्याज काट सकते हैं ? हाँ, काट सकते हैं परन्तु तलवार इसके लिए नहीं है । छोटे चाकू से या छुरी से यदि प्याज काटा जा सकता है तो तलवार से क्यों ?

एक बार एक व्यक्ति ऐसे ही काम के लिए हमारे पास आया । उसने हमसे कहा, सामने का बल्ब फ्यूज हो गया है । उसे ठीक करने के लिए मंत्र बताएं। समझिये हमने उसे मंत्र बता दिया, दोन-तीन वर्ष जाप करके यदि ये चमत्कार हो जाए तो क्या होगा ? पाँच रुपये के बल्ब के लिए दो-तीन वर्ष का जाप व्यर्थ करना, इससे अच्छा होगा कि बाजार से दूसरा बल्ब लाकर लगा ले । उसके लिए दो-तीन वर्ष तक किया गया जाप व्यर्थ होगा, केवल अहंकार बढ़ाने के लिए कि देखिये हमने कितना बड़ा चमत्कार किया है, इसकी अपेक्षा सीधा साधा उपाय है बाजार से बल्ब लाओ और लगाओ । उसी प्रकार यदि औषधि से रोग ठीक हो सकता हो तो उस पर मंत्र स्तोत्र का प्रयोग क्यों ? हम स्वयं भी आवश्यकतानुसार दवा लेते रहते हैं । अभी तक हमने स्वयं पर कभी किसी मंत्र या स्तोत्र का प्रयोग नहीं किया है क्योंकि उसकी आवश्यकता ही महसूस नहीं हुई । परन्तु हमने कई लोगों पर यह प्रयोग किये, जहाँ औषधोपचार का उपयोग नहीं हुआ । पहले इसके पीछे का विज्ञान समझ लें तथा रोगों के विषय में थोड़ी चर्चा भी कर लें ।

रोग होने के अनेक कारण हैं, क्योंकि रोग के प्रकार भी अनेक हैं । कई रोग कीटाणुओं से होते हैं तो कई रोग शरीर के भीतर जो भिन्न-भिन्न ग्रन्थियां हैं

उनसे निकलने वाले, रस रसायन न्यूनाधिक हों तो ये स्त्राव शरीर की आवश्यकता से कम या अधिक होने से शरीर रोग ग्रस्त होता है । जैसे यकृत (लीवर) में आवश्यकता से कम स्त्राव हुआ तो भोजन नहीं पचेगा । शरीर दुबला होता जाएगा और यदि अधिक पित्त निकला, स्त्रवित हुआ तो उल्टी होगी, एसिडिटी बढ़ेगी । पेट में उत्पन्न होने वाला रस 'एन्जाइम' कम हुआ तो भूख नहीं लगेगी । खाया हुआ पचेगा नहीं और यदि ज्यादा स्त्रवित हुआ तो कितना भी खाइये, पेट नहीं भरेगा । आर्युवेद में इसे भस्मी रोग कहते हैं । एक व्यक्ति तीन-चार व्यक्तियों जितना खाना खा सकता है पर उससे तगड़ा नहीं होता, दुबला ही रहता है । यदि जठराग्नि प्रदीप्त हो जाएगी तो । शरीर में ऐसी बहुत सी ग्रन्थियाँ हैं । उदाहरणार्थ थाइराइड (गले की ग्रन्थि) । इसका स्त्राव कम या अधिक हुआ तो शरीर रोग ग्रस्त होगा । रोगों का तीसरा प्रकार है- 'प्रज्ञापराध' से होने वाले रोग । एलोपैथी में इसकी चर्चा नहीं है पर आयुर्वेद में है । आज नहीं तो कल सौ-पचास वर्षों में क्यों न हों, एलोपैथी में प्रज्ञापराध स्वीकार करना ही पड़ेगा । प्रज्ञापराध अर्थात आपका मन, बुध्दि, अन्तरात्मा जो बात न करने को कहती है जैसे शराब, जुआ, व्याभिचार, विश्वासघात आदि के लिए सभी की आत्मा नकारती है परन्तु व्यवहार चतुरता से बुध्दि अलग-अलग तर्क देकर, व्यावहारिक परिस्थिति को चतुराई से समझा कर वे कार्य करने के लिए प्रेरित करती है । उसके भविष्य में दुष्परिणाम हो सकते हैं । उनसे होने वाले रोग अलग नहीं होते परन्तु उन पर औषधोपचार का परिणाम नहीं होता । हमने ऐसे तीन-चार लोगों को देखा कि जिनको क्षय रोग (टीबी) हुआ था परन्तु टीबी क़ी कोई भी दवाई, उपचार उसे ठीक करने के लिए उपयोगी नहीं हुआ। कारण यद्यपि चिकित्सा विज्ञान के प्रयोग से टीबी का निदान हुआ, फिर भी आन्तरिक कारण अलग ही थे । दो घटनाओं में अक्सर देखने में आया कि जिन लोगों ने उनकी माता का टीबी का उपचार नहीं किया था यद्यपि उपचार करने के लिए आर्थिक स्थिति अनुकूल थी फिर भी उन्होंने उपचार की उपेक्षा की । उनको इसकी सजा मिली टीबी के रूप में ।

प्रज्ञापराध का दूसरा भाग पीड़ितों के कष्ट की हाय ।

तुलसी हाथ गरीब की, कब हूं न खाली जाय ।

मुआ ढोर के चाम से, लोह भस्म हो जाये ।।

(जब भी किसी एक बलवान व्यक्ति ने-(बलवान याने केवल शरीर से ही नहीं, हमारी संस्कृति में सात प्रकार के बल बताए गए हैं । जैसे-बाहुबल, विद्याबल, बुध्दिबल, धनबल, समाजबल, सत्ताबल, शस्त्रबल इनमें से कोई भी) उन्मत्त होकर किसी दूसरे को पीड़ा पहुँचाई, दुख दिया, कष्ट दिया, उसके साथ छल किया तो वह असहाय व्यक्ति कुछ कर नहीं सकता परंतु उसकी आत्मा तड़पती है. उसकी तड़प उस बलवान व्यक्ति पर रोग के रूप में, बर्बादी के रूप में आक्रमण करती है । इस तरह से उत्पन्न होने वाले रोग पर कोई औषधि नहीं होती । और सच तो यह है कि ऐसे लोगो के लिए मंत्र जाप का, स्तोत्र पाठ का भी शीघ्र लाभ नहीं होता, जब तक कि उनके भोग समाप्त नहीं होते । बीमारी का एक और कारण मानसिक होता है । मानसिक बीमारियों का ही एक भाग एलोपैथी न समझने वाला, चक्रगत परिणाम । चक्र पर पड़ने वाले दबाव से उस नर्व सेन्टर पर होने वाले कम्पन, चक्र चलन और उसमें से उत्पन्न होने वाली बीमारी तथा बीमारी का एक कारण गत जन्म का प्रारब्ध जो प्रायः जन्मजात रोग लेकर आता है । शारीरिक, मानसिक, विकलांगता हानि लेकर आती है । इन पर भी औषधोपचार संभव नहीं होता । मंत्र स्तोत्र का प्रयोग कितना सफल होगा, इसकी भी आशंका रहती है क्योंकि -करने वाले को उतना धैर्य रखकर दीर्घकाल, सतत श्रध्दापूर्वक कार्य करने में बाधा न पड़ने देते हुए कार्य करना कठिन अथवा असम्भव सा लगता है ।

रोगों के विषय में इतनी आवश्यक जानकारी प्राप्त करने के बाद रोग निवृत्ति के लिए महत्वपूर्ण दो- तीन उपचारों की आइये चर्चा करें ।

मान लीजिए । किसी की पीठ की हड्डी के मणके में गर्दन के नीचे दर्द रहता है । डाक्टर उन्हें दवा के साथ-साथ ही सेक करने के लिए इन्फ्रारेड लाइट का उपयोग करते हैं । जिनके पास भरपूर पैसा है वे तो ऐसा लैम्प खरीद सकते हैं परन्तु मध्यमवर्गीय गरीब मनुष्य का क्या होगा ? उनको किसी सरकारी

अस्पताल में यह उपलब्ध होता है परन्तु वहां जाने-आने तथा व उनका नंबर आने तक आधा दिन बीत गया तो उसे कैसे सहन होगा ? अब ऐसा विचार करें कि जिस इन्फ्रोरेड से सेक दिया गया उसकी जितनी Wave length and frequency है, यदि उतनी ही ध्वनि तरंग उत्पन्न करने वाला मंत्र हुआ तो ? उसका भी वही परिणाम होगा जो उस सेक से होता । इस सन्दर्भ में दो अनुभव बताता हूं। हम जिनके हाथ के नीचे पढ़ते थे, उन प्रधानाध्यापक की पीठ के मणके में और उससे भी अधिक दर्द कमर के ऊपर के मणके में कुछ नस-नाड़ियों की विकृति से होता था । उनके लिए 20-25 कदम चलना भी कष्टदायक था । उन्होंने औरंगाबाद, जालना व पुणे के प्रख्यात संचेती अस्पताल में दिखाया । X-ray, MRI आदि सभी रिपोर्टों का एक ही निष्कर्ष निकला कि कमर की ऊपर की हड्डी के मणके में कुछ विकृति है, उसके लिए ऑपरेशन करवाना पड़ेगा पर डॉक्टरों ने यह भी स्पष्ट कर दिया था कि वह जगह बहुत कोमल है, बालों जैसी सूक्ष्म असंख्य रक्त वाहिनियाँ वहां हैं तथा डॉक्टर कोई ईश्वर नहीं है । ऑपरेशन करते समय कितना ही ध्यान रखा जाए, गलती से यदि दूसरी ओर थोड़ा भी धक्का लगा तो अभी उठकर कम से कम 10-20 कदम चलना, बाथरूम तक जाना-आना संभव है, उसके बाद वह भी संभव नहीं होगा । कमर के नीचे दोनों पांव स्थायी रूप से निष्क्रिय हो जाएंगे । बिस्तर पर से नीचे उतरना भी संभव नहीं होगा । ईश्वर की कृपा से ऑपरेशन सफल हो गया तो आराम से चलना-फिरना हो सकेगा । दोनों बातों की संभावना 50-50 प्रतिशत है । वे चिन्ता में पड़ गए । उनकी दोनों लड़कियां विवाह पश्चात् अपने ससुराल चली गई थीं । घर में केवल पति-पत्नी दोनों ही थे । उम्र भी काफी हो चुकी थी । ऑपरेशन किया और दुर्भाग्य से ऑपरेशन सफल नहीं हुआ तो शेष आयु में बिस्तर पर पड़े-पड़े सेवा कौन करेगा ? इसी अवधि में उनकी और हमारी भेंट हुई । हमने उन्हें बताया-'एक उपाय है प्रयोग करके देखिए।' उन्होंने इसे माना । हमने उन्हें उपाय बताया । ज्ञानेश्वरी के दसवें अध्याय की पहली पांच पंक्तियां (मराठी का एक छंद) दिन में आठ-दस बार उच्च स्वर में स्पष्ट उच्चारण करते हुए पढ़िए । पध्दति यह है कि एक सांस में डेढ़ पंक्ति और दूसरे सांस में आधी इस तरीके से पढ़ें । उन्होंने प्रयोग शुरू

किया । 10-15 दिन में फर्क दिखने लगा । उन पंक्तियों की तरंगों से नस-नाड़ियों में जो उलझन थी, वो दूर होने लगी। महीने भर में तो वे आराम से चलने-फिरने लगे और कुछ ही दिनों में दो किमी. दूरी तक चलने लगे ।

दूसरी बात वर्ष (२००४) की । मुम्बई के एक डॉक्टर को भी यही मणके का दर्द था । उसमें भी एक मणके में टीबी हो गया । औषधि चल रही थी परन्तु अपेक्षित परिणाम नहीं मिल रहे थे । शौचादि क्रिया के लिए बिस्तर से उठकर बाथरूम तक जाना भी संभव नहीं था । डॉक्टर साहब बहुत दुखी हो गए थे । हमारे उनसे बहुत पुराने संबंध थे । हमारी फोन पर बातचीत हुई । उन्हें भी हमने वही उपाय बताया और उन्हें 8-10 दिन में आराम का अनुभव होने लगा । हम एक महीने बाद मुम्बई में उनसे मिले तब वे बाथरूम तक जा-आ सकते थे । 2-3 किमी घूमने जाते । इन 5 पंक्तियों की रचना विशेष है । पीठ के मणकों में, सभी मणकों में और कमर तक तरंगें उत्पन्न होती हैं । इन तरंगों के प्रभाव से नस-नाड़ियों की विकृति, उलझन जो कुछ भी हो, मनुष्य स्वस्थ होता है । पाचोरा में प्रतिभा की (इस लेख की लेखिका) माताजी के लिए यही उपचार बताया गया था, उन्हें भी लाभ हुआ ।

ऊपर बताए अनुसार ग्रन्थियों से निकलने वाला स्त्राव कम/ज्यादा हुआ तो शरीर रोगी हो सकता है । इसके दो उदाहरण- थायराइड व लीवर । कदाचित आपको अनुभव होगा, कभी-कभी अचानक मानसिक आघात हुआ, मन चिन्ताग्रस्त हुआ तो भी पित्त बढ़ता है ।मान लीजिए, आप पूरण पोली अथवा श्रीखंड पूड़ी खाकर अचानक कहीं काम के लिए बाहर निकले और रास्ते पर नजर पड़ी, वहां एक छोटा बालक शौच के लिए बैठा है । आपकी मनःस्थिति कैसी हो जाएगी? जी मचलाने लग जाएगा, उल्टी होने जैसा लगेगा । इसका अर्थ यह है कि यकृत की कार्यप्रणाली पर मनःस्थिति का प्रभाव पड़ता है ।

मंत्र शब्द का अर्थ होता है 'मनातत्रायते इति मंत्रः।' मन को तारता है वह मंत्र अर्थात मन को शांत कर सकता हो, उर्ध्वगामी कर सकता हो, उसकी चंचलता, सदा की व्दंव्दात्मक स्थिति समाप्त कर स्थिर करता हो वो मंत्र और मंत्र का प्रभाव मन पर पड़ा तो यकृत पर, उसकी कार्यप्रणाली पर भी पड़नेवाला है ही ।

स्त्रियों को भी कई बार मानसिक कारण से अथवा अन्य कारणों से मासिक धर्म निर्धारित तारीख से पहले ही आ जाता है । मानसिक तनाव से, शारीरिक क्षति से गर्भाशय पर परिणाम होता है । कइयों को तो आयु के 40 वर्ष के पश्चात निरन्तर रक्तस्त्राव की शिकायत रहती है. डॉक्टरों की इस पर एक ही सलाह है कि ऑपरेशन करके गर्भाशय निकाल दें पर उसके पश्चात् उस स्त्री को उम्र भर ऑपरेशन का कष्ट होता है ।

वरण गांव फैक्ट्री में एक पोस्टमास्टर साहब थे । उनकी धर्मपत्नी को इसी कारण भुसावल के अस्पताल में भर्ती कराना पड़ा । रक्त स्त्राव नहीं रुक रहा था । डॉक्टरों ने ऑपरेशन की सलाह दी । उनकी अनेक कारणों से ऑपरेशन की इच्छा नहीं थी । उन्होंने पत्र लिखकर हमसे सलाह ली । हमने उन्हें वर्ष भर ज्ञानेश्वरी का पारायण करने के लिए कहा । रोज 300 पंक्तियां, एक महीने में एक पारायण होता है । पहले महीने में उनकी लड़की ने वाचन किया, उन्होंने सुना । क्योंकि कमजोरी इतनी थी कि उनके लिए स्वतः वाचन करना संभव नहीं था । बिस्तर पर पड़े-पड़े सिर्फ सुना तो भी फर्क पड़ा । उसके पश्चात उन्होंने स्वयं पाठ करना शुरू किया । आज उस बात को 12 वर्ष हो गए हैं । उन्हें फिर कभी वह बीमारी नहीं हुई ।

ज्ञानेश्वरी तो स्तोत्रों की, मंत्रों की महारानी है । रात को नींद नहीं आती हो तो रात में सोने के पूर्व 12वें अध्याय की पहली 16 पंक्तियों का पाठ करें, उनकी फोटोकॉपी करा लें । ये पंक्तियां बिस्तर पर बैठकर पाठ करें । कुछ ही दिनों में नींद आने लगेगी । नींद की गोलियां लेने की आवश्यकता नहीं रहेगी। ज्ञानेश्वरी पर अनेक दृष्टि से अनुसंधान हुआ है पर इस दृष्टि से नहीं हुआ । ज्ञानेश्वरी के पाठ से उत्पन्न होने वाली विलक्षण दिव्य तरंगें अनेक रोगों से मुक्त होने का कारण बनती हैं । हम तो संन्यासी । "यह विश्व ही मेरा घर", यह संन्यासियों का ब्रीद हैं । फिर भी हमारा जन्म महाराष्ट्र में हुआ और मराठी हमारी मातृभाषा है, इसका हमें सानंद गर्व है क्योंकि ज्ञानेश्वर इस भूमि में पैदा हुए तथा ज्ञानेश्वरी ग्रंथ मराठी में है । जिनको मराठी पढ़ना आता है फिर भी उन्होंने ज्ञानेश्वरी नहीं पढ़ी, हमारी दृष्टि में वे लोग अभागे हैं । जब भी कोई

महाराष्ट्रियन व्यक्ति हमारे पास मानसिक अशांति की शिकायत लेकर आता है, तब हमें उस पर दया आती है । आप प्रतिदिन एक घंटा 300 पक्तियां ज्ञानेश्वरी की पढ़िए, पसायदान पढ़िये तत्पश्चात् ज्ञानेश्वर व एकनाथजी का हरिपाठ बोलिए वारकरी बंधु जिस प्रकार करते हैं वैसी लयबध्दता से, श्रध्दा से, प्रेम से करिए फिर देखिए क्या होता है? प्रारब्ध कर्म से जीवन में सुख-दुख की घटनाएं, आर्थिक कठिनाइयां, अन्य विपत्तियां, संकट जो आते हैं, आएंगे, पर उससे आप अस्वस्थ नहीं होंगे । उद्विग्न नहीं होंगे । मन में स्थिरता और शान्ति रहेगी । सब कुछ सहज गति से सहन करने की शक्ति आ जाएगी । जरा विचार करिए अपको-हमें ऐसा क्या दुख या कष्ट होता है ? उसकी अपेक्षा ज्ञानेश्वरजी के जीवन में आए हुए दुख और कष्ट का विचार करके देखिए, तुलना करके देखिए । आपको अपना दुख उसके सामने तृणवत लगेगा । दुख का, संकट का, विषमता का विष पीकर, पचाकर, शान्त रहकर लिखी हुई ज्ञानेश्वरी परम शान्तिदायी है। अनेक रोग निवारणार्थ सहायक है । हरिपाठ की रचना ऐसी ही विलक्षण रचना है. उसमें जो माधुर्य, लय है, उसके कारण उत्पन्न होने वाली तरंग अस्वस्थता, बैचेनी दूर करने वाली है ।

आप में से कइयों को इस बात की कल्पना होगी, कार, स्कूटर वगैरह वाहन तैयार करने वाले कारखाने में अलग-अलग धातु की, मटेरियल की गुणवत्ता का परीक्षण किया जाता है ।हमें केवल यह ज्ञात है कि स्टील मिश्र धातु है और इसके बर्तन बनते हैं परन्तु स्टील में 100 प्रकार का स्टील है । उसमें कार्बन, सिलिका, निकल, क्रोमियम का मिश्रण तैयार करके बनने वाले स्टील के गुणधर्म भिन्न-भिन्न होते हैं । मान लीजिए - जिस स्टील से सतत गतिशील रहनेवाला भाग (Part) बनाना हो, तो उसकी पट्टी का एक सिरा नट बोल्ट से एक तरफ पूरी तरह कसकर फिट कर दिया जाता है और दूसरी तरफ से उसे कम्पन देते हैं । कितने कम्पन्न की संख्या से वह टूटता है, यह देखते हैं, उसके अनुसार धातु का चयन किया जाता है । स्टील जैसी धातु कम्पन से टूट सकती है तो इसी कम्पन के सामने विशेष रोग जन्तु कैसे टिकेंगे ? ऊपर मुम्बई के जिस व्यक्ति का उल्लेख किया गया, उसकी ही यह दूसरी घटना हैं । पीठ दर्द ठीक

हुआ तो पांव में घुटने के पास एक जख्म हो गया । जख्म ठीक नहीं हो रहा था, और उन्हे मधुमेह की बीमारी थी । जख्म से बार-बार पस निकलता था । मुम्बई के प्रसिद्ध के.ई.एम. हॉस्पिटल में भर्ती किया गया, उपचार शुरू किया गया । सर्जन ने बताया कि जख्म आज नहीं तो कल भरेगा, यह अधिक महत्वपूर्ण नहीं है । सबसे महत्वपूर्ण प्रश्न यह है कि इस जख्म के स्थान पर जो केशवाहिनी हैं, वे सूख रही हैं, उनमें रक्त प्रवाह नहीं हो रहा है तथा ऐसी ही स्थिति रही तो पांव काटना पड़ सकता है । गैंगरीन हो सकता है । अभी तक जख्म भरा नहीं और दूसरी तरफ रक्त प्रवाह बन्द हो रहा है । उन्होंने अस्पताल से ही हमें पत्र लिखा, उनके लड़के ने फोन किया । हमने फोन पर ही पूछा-"क्या तुम्हारे पास वॉकमैन है ?" उसने कहा "हाँ है ।" तो फिर बाजार से जगजीत सिंह की ॐ की कैसेट, ये दो कैसेट हैं उनमें से मेडिटेशन विथ जगजीत सिंह (Meditation with Jagjit Singh) लिखी हुई कैसेट लाओ व दूसरी श्री रमेश भाई ओझा की आवाज में शिव ताण्डव स्तोत्र की कैसेटं लाओ । रावण विरचित शिव ताण्डव । उन्हें पहले कुछ दिन प्रातःकाल, सायंकाल दोनों कैसेट सुनने के लिए कहो, और ध्यान पांव पर केन्द्रित करने के लिए कहो । बाद में धीरे-धीरे मन में ही यह लय साध कर उच्चारण आ जाए तो कैसेट की लय में ही साथ-साथ गाने के लिए कहना । 15 दिन के पश्चात् ही जख्म में नवीन रक्त का संचार होने लगा । डॉक्टरों की आशा बढ़ गई, अब वे पूर्ण रूप से ठीक हो गए हैं । पांव काटना नहीं पड़ा । ॐ तो सभी मंत्रों का राजा है । उसकी विशेषता यही है कि वो शिखा से पांव के अंगूठे तक, इतना ही नहीं जहां नस-नाड़ी नहीं है, ऐसे कान के बाहर के भाग में तरंग पहुंचाकर कम्पन उत्पन्न कर देता है ।

मध्य प्रदेश के छोटे शहर के नगर अध्यक्ष । घटना 1982 की । व्यवसाय से वकील, सफल और प्रसिध्दि प्राप्त । खेती-बाड़ी, घर में सब ऐश्वर्य, सुखी और सम्पन्न परिवार । इन्हें एक ही दुख था । उन्हें क्रॉनिक निमोनिया था । डॉक्टरों ने सारे परीक्षण, जांच की. एलोपैथी, आयुर्वेद, होम्योपैथी, प्राकृतिक उपचार जो-जो संभव थे, उपलब्ध थे, वे सारे उपचार करके देख लिए परन्तु कोई सफलता नहीं मिली, स्वस्थता नहीं । विशेषकर सर्दी के दिनों में अधिक कष्ट होता था ।

खूब खाँसी चलती और कभी-कभी रक्त भी गिरता था । जीवन से ऊब गए । घर-परिवार के सभी लोग चिन्तित थे । गत 11 वर्षों से ये कष्ट भोग रहे थे । हमारी उनकी भेंट 1982 की जनवरी में। उन पर स्तोत्र मंत्र व औषधि का प्रयोग किया । उसके बाद 6 महीने पश्चात् बाद मिले । हम ही उनके गांव में उनके घर गए । हमें देखकर वे आनंद से बोले - "स्वामीजी इस वर्ष की सर्दी बिना किसी कष्ट के व्यतीत हुई है । निमोनिया के कोई भी लक्षण अब एक्सरे में तथा रक्त जांच में नहीं हैं । कुछ दिनों पूर्व ही डॉक्टरों ने फिर जांच की और आश्चर्य से मुंह में अंगुली दबा ली, उन्होंने कहा कि निमोनिया के कोई भी लक्षण नहीं हैं । किस औषध का प्रयोग किया है, बताइये ?

वही प्रयोग अन्य दो मरीजों पर किया, पहले वही बताता हूँ । हमारी जान-पहचान के एक डॉक्टर MD Physician थे. वे चेस्ट स्पेशलिस्ट थे । वर्तमान में अहमदाबाद के सोला रोड पर उनका अस्पताल हैं । 1988 में दिवाली के बाद की बात है । एक दिन वे अत्यन्त उव्दिग्न मनःस्थिति में मिले, हमने उनसे पूछा "राजू क्या हुआ ? इतने उदास क्यों हो ?" वे बोले -"क्या बताऊं स्वामीजी मै स्वयं MD Physician, चेस्ट स्पेशलिस्ट हूं । पर मुझे शर्म आती है, स्वयं को धिक्कारने का मन करता है । मेरा सगा बड़ा भाई कॉलेज में प्राध्यापक है । Head of Department of Mechanical Engineering है, उन्हें सीजनल ब्रांकाइटिस है, अब सर्दी शुरू हो गई है, उनको दमे की शिकायत शुरू हो गई है। कभी-कभी तो दमा इतना बढ़ जाता है कि वे आत्महत्या का विचार करने लगते हैं । मैं उनका छोटा भाई डॉक्टर होकर भी कुछ नहीं कर सकता । किसी भी ट्रीटमेंट का उपयोग नहीं हो रहा है । हमने कहा- "तुम्हारे सभी उपाय हार गए हों, तो मेरे पास एक उपाय है ।" "स्वामीजी बताइये. मै और मेरा भाई कुछ भी करने को तैयार हैं।" राजू ने खुश होते हुए कहा । हमने उपचार बताया, सर्दी के बाद राजू आया और उसने बताया "स्वामीजी इस सर्दी में 75 प्रतिशत आराम मिला । अब मेरे पास ऐसा कोई रोगी आया तो मैं उस पर यही उपचार करूंगा ।"

तीसरी घटना अभी-अभी की है। 2000 के बाद की । वापी बलसाड़ का एक फौजदार था । पूर्व में उसे टीबी हो गया था । उस समय पूरे 9 महीने का

ट्रीटमेंट डॉक्टर ने दिया था । 2-3 महीने पूरे होने पर ठीक हो गया हूँ, ऐसा समझकर दवाई लेना बंद कर दिया । फौजदार होने से शरीर वैसे हट्टा-कट्टा था पर जब दूसरी बार टीबी हुआ तो टीबी की दवाई का कोई उपयोग नहीं हो रहा था । छाती में खूब कफ हो गया । उसी समय ऑपरेशन करते समय दिए गए रक्त के कारण अथवा अन्य किसी कारण से रक्त जांच में एड्स की रिपोर्ट आई। बलसाड़ के सभी डॉक्टरों ने मना कर दिया । सरकारी व निजी अस्पताल में कोई भी उसे भर्ती करने को तैयार नहीं था । सबने एक ही निर्णय लिया कि रोगी 10-15 दिन का मेहमान है । घर ले जाइये । अंत में सुरतला के सरकारी अस्पताल में उसके मित्र ने मित्रता के नाते भर्ती किया । उसके रिश्तेदार उसके बाद हमसे मिले । कई वर्षों से वे आश्रम की सेवा में थे । उन्होंने अपने साले की सारी हकीकत बताई । फौजदार व्यक्ति व उनकी तबीयत के ऐसे हाल । हमने कहा, 'चिंता न करें. हमारी अंतरात्मा कह रही है कि भले ही उन्हें चार लोग उठाकर अस्पताल ले गए परंतु वे बाहर अपने ही पैरों पर चलकर आएंगे । ' उसके बाद हमारा बताया हुआ उपाय शुरू हुआ । हफ्ते भर बाद सूरत से हमें फोन आया कि "स्वामीजी, रोगी की छाती में से खूब कफ बाहर पड़ रहा है । अब थोड़ा आराम लगता है परन्तु वे आज पूरणपोली खाना चाह रहे हैं ।" हमने कहा- "खाने दो, कोई परेशानी नहीं है ।" दूसरे सप्ताह में अर्थात अस्पताल में भर्ती होने के 15 दिन बाद रोगी को अकेले, किसी की सहायता के बिना सीढ़ियों से उतरते वक्त डॉक्टर ने देखा और वे आश्चर्य में डूब गए । भर्ती करने के समय उन्हें लगा था कि मरीज अधिक से अधिक चार दिनों का मेहमान है । डॉक्टर ने उसकी पूर्व की सारी रिपोर्ट देखीं । किसी भी औषधि का असर नहीं हो रहा था । यह देखकर डॉक्टरों ने उनके संबंधियों के समाधान के लिए बी कॉम्प्लेक्स की गोलियां दी थीं पर यह कैसे ठीक हो गया, यह समझ में नहीं आया परन्तु यह चमत्कार हुआ माँ भगवती के कृपा आशीर्वाद से ।

हमने ऊपर के तीन प्रकरणों में जो उपचार किया, वह इस प्रकार है । चण्डीपाठ मे का (दुर्गासप्तशती) कवच, पांचवें और ग्यारहवें अध्याय के स्तोत्र प्रातः- सायंकाल रोगी को पढ़ने के लिए कहा । स्नानादि करने की जरूरत नहीं,

यह भी स्पष्ट कर दिया । पहले दो प्रकरण में गरम पानी से हाथ-पैर धोकर, धुले हुए वस्त्र पहनकर पाठ करने को कहा था पर तीसरे केस में तो वह भी संभव नहीं था । बिस्तर पर पड़े-पड़े ही पाठ करना था ।

तीसरे केस में इन स्तोत्रों के अतिरिक्त दिनभर जितना हो सके, उतना महामृत्युजंय का जप उन्हें स्वयं ही करने के लिए कहा था । अस्पताल में उनके पास जो-जो लोग थे, उन्हें भी, इसके अतिरिक्त ब्राह्मणों के व्दारा भी करने के लिए कहा । एक दवा भी दी 'कुमारीआसव और उसके बाद पुनर्नवा मण्डुरवटी', इस स्तोत्र के पाठ के साथ दो साधारण आयुर्वेदिक औषधियाँ बताईं, जो दिन में दो बार भोजन के पश्चात लेनी थीं । एक कणकासव व दूसरा अश्वगंधारिष्ट, दोनों के दो-दो चम्मच मिलाकर लेने थे ।

चण्डीकवच पाठ का कवच विलक्षण शक्तिशाली हैं. उसमें पांव के अंगूठे से बल्कि नाखून से लेकर शिखा तक शरीर के सभी अंगों का उल्लेख व उस पर अधिष्ठान भगवती के सभी रूपों के नाम हैं । पांचवें और ग्यारहवें अध्याय में स्तोत्रों से फेफड़ों में कम्पन्न होता है, कफ निकलता है । फेफड़ों का व्यायाम भी होता है । उसके भीतर वायुकोष अधिक प्राणवायु देने लगते हैं । इसके अतिरिक्त भी अंदर क्या-क्या होता है, यह चिकित्सा विज्ञान के अनुसंधान का विषय है । दुर्भाग्य से अपनी भारतीय मनोवृत्ति अनुसंधान की नहीं है । पाश्चात्य देशों से जो आएगा, उसे हम आंखें बंद कर स्वीकार करेंगे ।

एक बार एक युवती, अत्यन्त बुध्दिमान, उतनी ही भावना प्रधान, हाई स्कूल की शिक्षिका हमसे मिली । योग ऐसा कि जिस विद्यालय में वह शिक्षिका थी, उसी विद्यालय में हम प्रवचन देने के लिए गए । तीन दिन वहीं रहे, तीसरे दिन वो हमसे मिली और उसने कहा -"स्वामीजी सच कहूं, इन दो-तीन दिनों के पूर्व मैंने आत्महत्या करने का निर्णय ले लिया था. विद्यालय में विवेकानंद जयन्ती का कार्यक्रम था, इसमें कोई बाधा न पड़े इसलिए जयन्ती उत्सव के दूसरे दिन आत्महत्या का विचार था । परन्तु आप दो तीन-दिन यहीं थे इसलिए भी विचार बदला । अब क्या करना चाहिए, मुझे कुछ सूझ नहीं रहा । एक तरफ मनस्थिति ऐसी है कि आत्महत्या करने का विचार आता है तो दूसरी तरफ आपके प्रवचन

सुनने के बाद विचार बदलता है । आप आज जाने वाले हैं, मैं अब क्या करूं, बताइये ।'' हमने उससे कहा- ''तुम्हारा स्वर मीठा, मधुर है । तुम एक माह तक प्रातः- संध्याकाल लयबध्द दुर्गासप्तशती में से पांचवें अध्याय के स्तोत्र पढ़ो । आत्महत्या का विचार आया तो भी एक माह के लिए रुक जाओ, फिर देखते हैं। उसके बाद जब हम उससे मिले, वह बोली ''स्वामीजी इस स्तोत्र ने तो कमाल ही कर दिया । एक हफ्ते में ही आत्महत्या के विचार मन से निकल गए । आज मुझे इतनी प्रसन्नता का अनुभव होता है कि मुझे आश्चर्य होने लगता है. स्वयं के मूर्खतापूर्ण निर्णय पर हंसी आती है । मैं आत्महत्या का विचार क्यों कर रही थी? इस स्तोत्र के ''नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमो नमः '' कहते हुए मेरे हृदय में आनंद की तरंग उठती हुई अनुभव होती है । पांवों में मानो नृत्य करने की गति आ गई हो । अब आत्महत्या करने का विचार कभी भी नहीं करूंगी ।

पांचवे अध्याय के (स्तोत्र) प्रत्येक श्लोक मंत्र ही हैं । बुध्दि के लिए, शांति के लिए, निद्रा के लिए जिसको जो चाहिए, वो उसी उद्देश्य से इस स्तोत्र का मंत्र उच्चारण करे । दुर्गासप्तशती का प्रत्येक श्लोक मंत्र है और माँ भगवती के विविध साहित्यिक रूप हैं । एक बार हमारे द्वारा आश्रम में इसका पाठ करते समय आश्रम में रहने वाली महिला पाठ सुनते-सुनते ध्यानस्थ हो गई और उन्होंने अनुभव किया कि हमारे व्दारा उच्चारित प्रत्येक श्लोक के साथ मां विविध रूपों में प्रकट हो रही हैं । पहले अध्याय के स्तोत्र जिनको निद्रा नाश का रोग है उनके लिए लाभदायी है । अर्गला स्तोत्र भौतिक वस्तु, सुख-समृध्दि के लिए अत्यंत लाभदायक है, सभी प्रकार की बाधाएं, दुख, दारिद्रय, पारिवारिक मतभेद, असन्तुष्टि, बीमारी इन सब पर संपूर्ण चौथा अध्याय बहुत लाभकारी है । यह हम भिन्न-भिन्न लोगों पर, परिवारों पर किए गए प्रयोगों से प्राप्त अनुभव के आधार पर कहते हैं ।

स्तोत्र मंत्र विज्ञान चर्चा में थोड़ा सा चक्रों का उल्लेख आया । मूलाधार चक्र की थोड़ी चर्चा भी की । स्वाधिष्ठान चक्र का भी उल्लेख आया । अब तीसरा महत्वपूर्ण चक्र सभी चक्रों का मध्य बिन्दु मणिपुर चक्र के विषय में थोड़ी जानकारी लें । मणिपुर चक्र का स्थान नाभि के निकट जो नर्व (Nerve) सेन्टर

है ठीक उसी स्थान पर परन्तु सूक्ष्म शरीर में होता हैं । इस चक्र में 10 आरे हैं। इसके बीच का अक्षर 'र' है । इसीलिए ईश्वर का एक नाम है श्रीरंग । मणिपुर चक्र का संबंध पांच महाभूतों में से तेज तत्व से है । इस चक्र की विशिष्टता ऐसी है कि साधना से प्राप्त तेज का यहां संग्रह होता है उसी प्रकार ही नकारात्मक भाव का अर्थात घृणा, कटुता, तिरस्कार, बदला लेने की वृत्ति, क्रोध, ईर्ष्या का भी संबंध भी इसी चक्र से है ।

एक बार हमारे पास जोशी नाम के एक दम्पति आए । उन दिनों हम मेहसाणा जिले में रहते थे । जोशी दम्पति से हमारा अच्छा परिचय था । वे श्रध्दा से सेवा करते थे । उस दिन वे पति-पत्नी बहुत उदास थे । हमने उनसे पूछा, ''क्या हुआ?'' सौभाग्यवती जोशी बोलीं- ''स्वामीजी आप जरा मेरे पिताजी की तबीयत को एक बार देखिए, हमने उत्तर दिया- ''हम डाक्टर या वैद्य नहीं हैं, तबीयत को क्या देखेंगे ?'' इस पर उन्होंने कहा- ''स्वामीजी डॉक्टर, वैद्य को दिखाकर थक गए हैं । इसीलिए आपके पास हमारी व्यथा सुनाने आए हैं । मेरे पिताजी प्रकृति से स्वस्थ हैं, नौकरी भी करते हैं परन्तु हफ्ते में एक आध दिन उनको हिचकी आने लगती है. बिना रुके हिचकी सतत् चलती रहती है । वैद्यकीय उपचार करके देख लिया परन्तु कोई फायदा नहीं हुआ ।कभी-कभी 24 घंटे तक हिचकी रुकती नहीं है । शहर के बड़े डॉक्टर के पास ले जाना पड़ता है । दवा, इन्जेक्शन मिलाकर 150 रुपए खर्च होते हैं । प्रतिसप्ताह 150 रुपए । एक महीने के 600 रुपए । उन्हें अभी वेतन भी प्रतिमाह 600 रुपए ही मिलता है । घर में क्या खाएंगे?'' श्री जोशी ने कहा- ''आठ-दस महीने से तो घर का खर्चा भी मैं ही चला रहा हूँ पर कितने दिन करूंगा ? हमने कहा- ''पिताजी को लेकर आइये'' । कुछ ही दिनों में उनकी भेंट हुई । बनासकांटा जिला (अर्थात पालनपुर जिले में) वड़गांव के लैण्डमर्ग को-ऑप. बैक में चौकीदार, चतुर्थ श्रेणी कर्मचारी की नौकरी। उम्र मात्र 40-45 के आसपास। उनको देखने पर हमने प्रश्न किया- ''आपके गांव में ऐसा कोई व्यक्ति है, जिसे देखने पर आपको बहुत क्षोभ होता है, बहुत क्रोध भी आता है, परंतु वह क्रोध आप अभिव्यक्त नहीं कर पाते । मन ही मन में बहुत संताप होता है । वह व्यक्ति पैसे से, सत्ता से बड़ा हो सकता है. ऐसी परिस्थिति

में उस व्यक्ति के लिए संताप आवे, तो भी उससे मुकाबला नहीं कर सकते । कुछ भी कर नहीं सकते, संताप मन ही मन दृढ़ होता रहता है ।'' उन्होंने कहा- ''हां स्वामीजी, ऐसा एक व्यक्ति है । मुझे मकान का काम कराना था इसलिए मैंने बैंक से कर्ज लिया, जिससे मेरा आधा वेतन कटने लगा । कर्ज की रकम एक ठेकेदार को विश्वास करके दे दी, उसने प्रथम मंजिल बनाई परन्तु अभी एक कमरा और बनाना है । न तो वह कमरा बना रहा है और न शेष 15 हजार रुपए वापस दे रहा है । उसका नेताओं से निकट संबंध है इसलिए मैं बिल्कुल असमर्थ हो गया हूँ । कर्ज मैं उतार रहा हूँ , पैसे वो दबा कर बैठा है । मेरे मन में बहुत कष्ट होता है'' । हमने कहा- ''यही तुम्हारी हिचकी का कारण है, वह व्यक्ति तुम्हें कोई रोज तो मिलता नहीं, जिस दिन दिखता है, उसी दिन तुम्हारी स्थिति ऐसी होती है । उसका परिणाम मणिपुर चक्र पर होता है. उस पर होनेवाले कम्पन से नाभि के पास स्थित Nerve सेंटर पर दबाव पड़ता है इसलिए श्वास पटल ऊपर उठता है और हिचकी शुरू हो जाती है । चिकित्सा विज्ञान (Medical Science) की भाषा में हिचकी यानी क्या ? Involuntary Action of Diaphragm है । श्वासपटल की स्वैच्छिक परन्तु अनियंत्रित हलचल के कारण हिचकी आती है । तुम अब एक काम करो । प्रतिदिन प्रातःकाल स्नानादि से निवृत्त होने के पश्चात ऊन का कम्बल लेकर उसकी आठ घड़ी करके आसन तैयार करो । दीवार से थोड़ा दूर बैठो । शरीर का कोई भी भाग दीवार अथवा भूमि को स्पर्श न करे, इसका ध्यान रखना । पहले माँ भगवती से प्रार्थना करो। इसके पश्चात घड़ी अपने पास रखकर आंखें बंद करके नाभि केन्द्र पर मन एकाग्र कर 10 मिनिट ॐ का उच्चारण करो। 10 मिनिट से कम नहीं और अधिक भी नहीं ।'' अन्य आवश्यक जानकारी दीं । उसके पश्चात एक हफ्ते में ही यह कष्ट स्थायी रूप से मिट गया। इसमें चमत्कार वगैरह कुछ भी नहीं है । ॐ के उच्चारण से उसके मणिपुर चक्र पर घृणा, कटुता, क्षोभ के कारण जो बंधन आ गया था, वह ढीला हो गया. इस कारण वह व्यक्ति सामने दिखाई भी देता था तो भी उन्हें पहले जैसा क्षोभ नहीं होता था. मणिपुर चक्र पर दबाव नहीं आता था, नाभि पर भी दबाव नहीं आता था. श्वासपटल ऊपर नहीं जाता था। परिणाम

स्वरूप हिचकी बंद हो गई ।

मणिपुर चक्र के विषय में और भी दो घटनाएं बताता हूँ । एक बार हमारे पास मनु भाई नाम के एक डॉक्टर आए । एक दिन वे बहुत थके हुए और उदास लग रहे थे, हमने उनसे पूछा- "मनु भाई आपको क्या हुआ ? आपकी तबीयत ठीक नहीं है क्या ? "मनुभाई ने कहा- "इन दिनों High BP का कष्ट हो रहा है। परसों तो घर में ही चक्कर आकर गिर गया । अब तो स्कूटर चलाने में भी डर लगता है । हमारे चिकित्सा विज्ञान (Medical Science) में Blood Pressure के सात संभावित कारण हैं । अहमदाबाद में मेरा एक मित्र M.D. Physician है। उससे जांच करवाई, संभाव्य कारण खोजा, छः कारणों की रिपोर्ट नकारात्मक आई । अब दो दिन में अंतिम सातवीं संभावना किडनी में कोई छोटी सी गांठ अथवा पथरी होगी, तो उसकी जांच है ।" हमने कहा- "मनुभाई उस टेस्ट की रिपोर्ट भी निगेटिव ही आएगी कारण तुम्हें BP नहीं है" "आप ऐसा कैसे कह सकते है ? मैं खुद डाक्टर हूँ BP के यंत्र पर High BP का रिकार्ड आ रहा है" हमने कहा- "इस विषय में आपको बाद में बताएंगे, पहले अपनी शंका संभाव्य कारण की जांच करके देख लो." एक हफ्ते बाद मनुभाई आए और कहा- "स्वामीजी आपने जो कहा वो सच निकला अन्तिम रिपोर्ट भी नकारात्मक आई । अब तो समझ में नहीं आ रहा कि मुझे BP की तकलीफ क्यों है ? इसके अतिरिक्त आनुवांशिकता भी नहीं है, मेरा मित्र भी संदेह में है." हमने कहा- "शांति से बैठिए और हमारे प्रश्नों के उत्तर दीजिए, फिर बताता हूँ" । हमने उनसे पूछा- क्या आपको एक विशेष प्रकार के स्वप्न बचपन से आज तक बीच-बीच में कभी-कभी दिखते हैं ? वैसे स्वप्न आते हैं क्या ? हमने उनसे तीन स्वप्नों के बारे में पूछताछ की । मनुभाई ने आश्चर्य से कहा कि ये तीनों स्वप्न बचपन से ही मुझे अनेक बार और अभी भी कभी-कभी आते हैं । मैंने इन स्वप्नों के विषय में कभी भी किसी से पूछा नहीं तथा किसी के साथ इस विषय पर बात नहीं की । आपको कैसे पता चला कि मुझे ऐसे स्वप्न आते हैं ?" हमने हंसकर कहा- " जैसा आपका चिकित्सा विज्ञान (Medical Science) विषय है वैसा ही योगशास्त्र, अध्यात्म हमारा विषय है । इसमें आश्चर्य जैसी कोई बात नहीं हैं । और दूसरी बात आप

जिसे स्वप्न समझ रहे हो, वह स्वप्न नहीं अध्यात्म की संकेतात्मक भाषा है । इन तीन स्वप्नों का अर्थ इतना ही है कि तुमने पूर्व जन्म में साधना की थी । साधना में पर्याप्त प्रगति भी कर ली परन्तु इस जन्म में तुम्हारी सारी परिस्थिति ऐसी है कि तुम साधना नहीं कर सकते परन्तु भीतर साधना के बीज हैं । तुम जब भी हमारे जैसे साधु-संन्यासियों के सत्संग में आते हो तब तुम्हारे अंदर के सुप्त बीज चेतन होकर ऊपर के धरातल पर आने का प्रयत्न करते हैं और वर्तमान परिस्थिति, नौकरी, घर-परिवार ये सब साधना के लिए अनुकूल नहीं है इसीलिए आंतरिक धरातल पर खीचंतान शुरू हो जाती है, व्दंव्द होता है, उसका परिणाम तुम्हें BP जैसा लगता है । वास्तव में वह BP नहीं है । अचेतन मन में होने वाला संघर्ष तुम्हें BP के रूप में दिखता है । तुम अब एक काम करो । प्रतिदिन 10 मिनिट ॐ का जाप करो ।" हमने उन्हें आवश्यक बातें समझाईं. हमारे बताए अनुसार उन्होंने किया और उनका कष्ट दूर हो गया ।

तीसरी घटना गुजरात के एक बड़े नेता की पत्नी की है । नेता के दूसरा विवाह करने के कारण उसे मानसिक धक्का लगा पर सत्ता और संपति के लोभ के कारण उनके पुत्र का पिता की तरफ अधिक झुकाव था । इससे उस पर और मानसिक आघात हुआ इसलिए उस स्त्री की आंतरिक स्थिति निराशाजनक, हताश थी । उससे बाहर निकालने के लिए मणिपुर चक्र का बीज मंत्र 'रं' का उपयोग किया ।

दो सगी बहनें थीं । दोनों को थायराइड की समस्या थी । एक तो डॉक्टर की ही पत्नी थी और एक को 'हायपो, और दूसरी को 'हेट्रो थायरॉइड । दोनों को विशुध्द-चक्र का बीज मंत्र "हं" का उपयोग करने के लिए कहा । उन दोनों को इस कष्टदायक बीमारी से मुक्ति मिली ।

यहां किसी को भी शंका होगी कि क्या इन स्तोत्र मंत्रों से मुस्लिम और ईसाई लोगों को भी लाभ होगा ? इसका उत्तर है कि आंशिक रूप से निश्चित होगा । यह बात थोड़ी विस्तार से समझनी चाहिए । स्तोत्र मंत्र शक्ति के दो भाग हैं, एक उसकी कंपन, तरंग, गतिशीलता (Vibration, wavelength and Frequency) उसका परिणाम उच्चारण करने वाला व्यक्ति कोई भी हो स्त्री,

पुरुष, हिन्दू, मुस्लिम, ईसाई आदि, उन्हें उसके शुध्द उच्चारण शक्ति के अनुसार बराबर लाभ मिलेगा क्योंकि यह भाग शुध्द भौतिक होने से दवा, इन्जेक्शन, गोली आदि के अनुसार व्यक्ति के ईसाई, हिन्दू, मुस्लिम होने पर परिणाम निर्भर नहीं है । परन्तु स्तोत्र मंत्र शक्ति का दूसरा जो भाग है, वह है उस स्तोत्र मंत्र के अधिष्ठाता देवता का । उस पर श्रध्दा के अनुसार परिणाम में फर्क पड़ेगा । श्री दुर्गा सप्तशती में स्तोत्रों का पूर्ण लाभ तभी होगा जब माँ भगवती पर श्रध्दा होगी। परन्तु जिनकी श्रध्दा नहीं है उनको आंशिक लाभ मंत्र के Vibration का ही मिलेगा । श्रध्दालु व्यक्ति को विशेष लाभ इसलिए मिलेगा कि उसकी उस देवता पर श्रध्दा के कारण विशेष मानसिक प्रक्रिया होगी और रोग प्रतिकार के लिए शरीर में विशेष Anti-bodies निर्माण होंगी । किसी भी रोग पर अथवा विष पर मात करने के लिए, उससे संघर्ष करने के लिए Anti-bodies तैयार होते हैं, यह वैज्ञानिक सत्य है । पर ये Anti-bodies कौन तैयार करता है ? शरीर के किस भाग में तैयार होते हैं ? इस विषय में चिकित्सा विज्ञान अभी तक पूर्णतः स्पष्ट नहीं है फिर भी मुख्यतः सभी एक बात स्वीकार करते हैं कि Anti-bodies तैयार करने में मनुष्य के मन का महत्वपूर्ण योगदान है । 'The power of the mind to heal' नामक पुस्तक में इस बात का गम्भीरता से प्रतिपादन किया गया है । पुस्तक के लेखक जॉन बोरीसेन्को और मिरोस्लांव बोरीसेन्को, इन दोनों वैज्ञानिकों ने चिकित्सा विज्ञान को एक नवीन शब्द दिया साइकोन्यूरोइम्यूनोलॉजी (Psychoneuroimmunology)। हॉवर्ड यूनिवर्सिटी के प्रोफेसर क्वीमिरो ने कहा है कि आपके आशावादी अथवा निराशावादी विचारों का अच्छा अथवा बुरा परिणाम इम्यूनसेंस पर पड़ता है । इम्यूनसेंस का मतलब है रोग प्रतिकारक कोष। आशावादी विचार इम्यूनसेंस के रोग प्रतिकारक कोषों को जीवन्त, चेतन, शक्तिमान करते हैं और निराशावादी विचार मृतप्राय करते हैं । उनका कहना यह है कि हमारे विचार भी औषधि का काम करते हैं । इन्टरफेटोन नामक तत्व अथवा एक प्रकार के रसायन शरीर में रोग प्रतिकारक शक्ति लाते हैं । हम यदि चिन्ता, उद्विग्न, भय, क्रोध, नकारात्मक विचारों का शिकार हुए तो इन्टरफेटोन का प्रमाण कम-कम होता जाता है । मनुष्य रोगग्रस्त होता जाता है । रोग

प्रतिकारक शक्ति क्षीण होती जाती है । इसके विपरीत आशावादी, सकारात्मक विचार, शांति, क्षमाशीलता, कटु एवं दुखद अनुभव भूलने की क्षमता मनुष्य के मन को मजबूत करती है । रोग, औषधि से अधिक मुक्ति मिलने की संभावना होती है । हॉवर्ड विद्यापीठ में डॉक्टर हॉन्ससेले ने इस पर खूब अनुसंधान कार्य किया है । मन को सकारात्मक, शांत व क्षमाशील बनाने में श्रध्दा बहुत महत्वपूर्ण कार्य करती है ।

शरीर में Anti body निर्माण करने में मन का किस प्रकार सक्रिय योगदान है, यह आगे के दो अनुसंधानों से ध्यान में आयेगा । झुलसे हुए आदमी को रक्त देने की आवश्यकता पड़ती है । शरीर का 75 प्रतिशत से अधिक भाग जल गया हो, ऐसे व्यक्ति को बचाना असंभव लगता है ।

रशिया के एक डॉक्टर ने एक अद्‌भुत प्रयोग किया । जले हुए एक व्यक्ति को स्वस्थ व्यक्ति का रक्त चढ़ाने की बजाय जो व्यक्ति जला हुआ था पर जीवित रहा, ऐसे मनुष्य को उस रोगी के सामने लाकर उसका रक्त दिया तो उसकी जीवित रहने की और स्वस्थ रहने की संभावना खूब बढ़ गई क्योंकि उसके मन पर इस बात का परिणाम हुआ कि सामने वाला व्यक्ति भी मेरी तरह ही जल गया था । वो जी गया, जिन्दा रह गया, मैं भी जिऊंगा । उसका रक्त मेरे लिए निश्चित सहायक होगा, इस विचार से जला हुआ व्यक्ति ठीक होने लगा । फ्रांस में इससे भी अधिक अद्‌भुत प्रयोग किया गया ।

एक भयंकर अपराधी को उसके अपराध के कारण फांसी की सजा दी गई थी । मृत्यु दंड देने की बजाय Electric chair में विद्युत प्रवाह शुरू कर मृत्यु दंड देने की प्रथा अधिक है । वैज्ञानिकों के एक समूह ने सरकार से प्रार्थना की कि उस व्यक्ति को फांसी अथवा Electric chair का उपयोग करने की बजाय विषैले नाग का दंश कराके मृत्यु दी जाए । सरकार ने कहा कि व्यक्ति की सहमति हो तो सरकार को इसमें कोई आपत्ति नहीं है । वैज्ञानिकों का समूह उस व्यक्ति (विशिष्ट अपराधी) से जाकर मिला, उसे बताया कि न्यायालय की आज्ञा के अनुसार हम तुम्हारी मृत्यु दंड की सजा में वार, तारीख, समय, स्थान, किसी में भी परिवर्तन नहीं करेंगे, केवल मृत्यु दण्ड के तरीके में फर्क करेंगे. तुम समाज

के लिए बहुत पापी और घातक सिध्द हो गए हो परन्तु मरते वक्त एक सत्कर्म कर जाओ। हमारे अनुसंधान कार्य में सहायता कर समाज पर एक उपकार कर आंशिक रूप से पाप के बोझ से मुक्त हो। उसने वैज्ञानिकों की प्रार्थना स्वीकार कर ली। उसकी मृत्यु दण्ड की सजा के एक दिन पूर्व वैज्ञानिक एक भयंकर विषैला नाग (कोबरा) लेकर आए और एक बहुत अलमस्त घोड़ा लाए। उस अपराधी को वह नाग दिखाया गया और उसके सामने ही उस नाग व्दारा घोड़े को दंश कराया गया। इतना तगड़ा घोड़ा विषैले नाग के दंश से केवल 5 मिनट में ही मर गया। अपराधी ने यह पूरा दृश्य देखा। वैज्ञानिकों ने उस मृत घोड़े के शरीर में से रक्त निकालकर उसकी जांच की। विष के प्रतिकार के लिए उस घोड़े के शरीर में रक्त में उत्पन्न हुए Anti bodies जांचे। दूसरे दिन वही नाग लेकर उस कैदी के पास आए। कैदी ने नाग को देखा। शायद उसके मन में विचार भी आया होगा कि इतना बड़ा तगड़ा घोड़ा भी इस नाग के दंश से 5 मिनट में मर गया तो मेरा क्या ? वैज्ञानिकों ने उसे सुला दिया। उसके शरीर पर चादर ओढा दी। उसे सांप से दंश कराया गया। पांच मिनट के अंदर ही वह मनुष्य मर गया। वैज्ञानिकों ने उसके रक्त की जांच की, Anti body जांचीं। उन्हें आश्चर्य हुआ कि उसके शरीर के रक्त में भी उसी प्रकार की Anti body उत्पन्न हुईं, जो घोड़े के शरीर में विष प्रतिकार के लिए उत्पन्न हुई थीं। तुम कहोगे, इसमें क्या आश्चर्य है? हाँ, आश्चर्य की ही बात है क्योंकि उस कैदी को विषैले नाग ने दंश किया ही नहीं था केवल एक चूहे ने काटा था। शरीर पर चादर ओढ़ने के कारण उस कैदी ने यह देखा ही नहीं था। उसके मन में यही था कि उसे विषैले नाग ने दंश किया और इसी कल्पना से वह मर गया। इतना ही नहीं उसके शरीर में वे ही एन्टी बॉडी मिले अर्थात एन्टीबॉडी तैयार होने में उसके मन की स्वीकृति, मन का खेल।

संक्षेप में कहना हो तो रोग, विष का प्रतिकार करने की शक्ति मन में है और मन पर ईष्ट देवता का, श्रध्दा का बहुत परिणाम होता है। तीसरा भाग ईष्ट देवता की स्तुति, प्रार्थना, उसकी होने वाली कृपा इन तीन बातों का.1- तरंगों का भौतिक परिणाम, 2- श्रध्दा का मानसिक परिणाम, 3- इष्ट देवता की कृपा का दैवी परिणाम, इन तीन बातों का मंत्र, स्तोत्र उच्चारण करनेवाला साधक व्यक्ति

कितना और किस प्रकार लाभ ले सकता है, इस पर रोग से मुक्ति निर्भर है ।

यहां एक और शंका का निवारण करना है । रामकृष्ण परमहंस, रमण महर्षि को कैंसर हुआ था । अन्य अनेक अधिकारी पुरुष भी कैंसर, टीबी, अथवा अन्य रोगों से ग्रस्त हुए । उनके लिए मंत्र का उपयोग क्यों नहीं हुआ ? इस प्रश्न का सच्चा, स्पष्ट और छोटा सा उत्तर है कि प्रारब्ध भोग को उन्होंने सहज गति से स्वीकार किया । प्रारब्ध भोग मिटाने के लिए उन्होंने मंत्र शक्ति का, ईश्वर कृपा का उपयोग करने का विचार मन में भी नहीं आने दिया । वास्तव में तो उन्हें यह सहज साध्य थे। प्रत्येक मनुष्य कुछ प्रारब्ध भोग लेकर ही जन्म लेता है । 'जन्म घेणे लागे वासनेच्या संगे' (जन्म लेते वक्त वासनाएं संग आती हैं) प्रारब्ध भोग के लिए ही शरीर धारण करना पड़ता है । इस प्रारब्ध भोग के तीन भाग हैं - 1) मंद प्रारब्ध - जो भजन, पूजापाठ, जप-तप, सत्कर्म से बदला जा सकता है अथवा मिटाया जा सकता है 2) मध्यम प्रारब्ध - जो संत कृपा से, गुरु कृपा से मिटाया जा सकता है, बदला जा सकता है, 3) तीव्र प्रारब्ध - जिसका भोग कोई नहीं मिटा सकता, जिसका भोग किसी को नहीं छोड़ता ।

संतों के विषय में एक और बात होती है, उन्हें उनके दर्शनार्थियों के, भक्तों के प्रारब्ध का भी भोग भोगना पड़ता है । इसलिए उनको भी रोग, अस्वस्थता होती रहती है, ये कैसे होता है ? यह बात सत्य लेकिन अत्यन्त रहस्यपूर्ण है । महान योगी अरविन्द घोष ने कहा है कि योगियों को, संतों को निरोगी रहना हो तो जन सम्पर्क से दूर एकान्त में ही रहना चाहिए ।

अब तक हमने जो चर्चा की, वह मुख्यतः आयुर्वेद व एलोपैथी की दृष्टि से की । अब होम्योपैथी और प्रारब्ध भोग की दृष्टि से विचार करें ।

होम्योपैथी के जनक डॉ.हनिमान (जर्मनी) का वास्तव में मन से आभार मानना चाहिए, अभिनंदन करना चाहिए क्योंकि रोग होने के संबंध में उन्होंने जो सिद्धांत प्रस्तुत किया, वह हमारे योगशास्त्र के सिद्धांत से बहुत मिलता-जुलता है। हमारी संस्कृति के अभिमान से (!) कई बार तो ऐसा भी लगता है कि इन महाशय ने हमारी संस्कृति का विशेषतः योग शास्त्र का बहुत अध्ययन किया होगा । (जर्मनी में हमारे प्राचीन ग्रंथों और संस्कृत भाषा का बहुत अध्ययन

किया गया है, यह संभवतः पाठकों को ज्ञात होगा ही । हमारे बहुत से प्राचीन दुर्लभ ग्रंथ यूरोप ले जाए गए, जहां उनका अनुसंधान के लिए उपयोग किया गया) अथवा वे स्वयं किसी भारतीय योगी के सम्पर्क में भी रहे हों, जो भी हो (यह केवल मेरा अनुमान है) उन्होंने एक चैतन्य बिन्दु की कल्पना की है, जिसे उन्होंने 'Vital Force' नाम दिया है। यह बिन्दु उसके निश्चित स्थान से चलित हुआ (अर्थात अपने मूल स्थान से किसी भी दिशा में सरक गया तो) तो शरीर रोगी हो जाता है ।इसलिए होम्यौपेथी में रोगों पर दवा नहीं दी जाती, रोगी पर दवा दी जाती है । उसका स्वभाव-आदतें-व्यवहार-पसंद-नापसंद- व्यसन-संस्कार ऐसी अनेक बातें ध्यान में रखकर वह 'बिन्दु'' अपने मूल स्थान से किस दिशा में व कितना दूर खिसका है, उसका अनुमान लगाकर वह बिन्दु अपने मूल स्थान पर लाने के लिए दवा दी जाती है । इससे होता क्या कि एलोपैथी की दृष्टि से एक ही तरह के रोग पर होम्योपैथी में अलग-अलग लोगों को अलग-अलग दवा दी जाती है । भले ही उन सभी की बीमारी एक ही हो । इसके विपरीत कभी-कभी भिन्न-भिन्न लोगों को विविध (नाना प्रकार के) रोग होकर भी यदि उनकी आंतरिक साम्यता होगी तो उन सब की दवा एक ही होगी यद्यपि बीमारी भिन्न-भिन्न है । हमारे ऋषि-मुनियों ने जिस प्रारब्ध बिन्दु की चर्चा की है, वह प्रारब्ध बिन्दु डॉ. हनिमान का माना हुआ Vital Force मानने में कोई हर्ज नहीं है । यह प्रारब्ध अर्थात् आज्ञाचक्र में भृकुटि मध्य में - सूक्ष्म शरीर में स्थित काले- नीले रंग का और आकार का शिवलिंग । इस शिवलिंग की विस्तृत चर्चा 'प्रसाद मासिक पत्रिका' (फर. २००७) के अंक में विस्तारपूर्वक की गई है । इस प्रारब्ध बिन्दु का संबंध केवल रोग से ही नहीं बल्कि हमारे संपूर्ण जीवन से है क्योंकि हमने धारण किया हुआ शरीर कुछ प्रारब्ध कर्मों के फल भोगने के लिए ही है । अर्थात इस समस्त जीवन के प्रारब्ध भोगों का सम्पूर्ण संचालन यह बिन्दु ही करता है । मस्तिष्क सारे शरीर को आज्ञा देता है, ऐसा आधुनिक आरोग्य शास्त्र कहता है । परन्तु मस्तिष्क को भी कोई आज्ञा दे रहा है, यह आज आधुनिक आरोग्य शास्त्र स्वीकार कर रहा है । किंतु वह आज्ञा देने वाली शक्ति कौन सी है, यह अभी तक आधुनिक विज्ञान के ध्यान में नहीं आया है । मस्तिष्क को आज्ञा यह प्रारब्ध बिन्दु

देता है । मस्तिष्क इसी की आज्ञा से सारे शरीर का संचालन करता है । इसी से श्वास लेना व छोड़ना, खाना-पीना, भोजन पचाना, उसकी सप्त धातु, मल-मूत्र त्याग, निद्रा, सभी इंद्रियों का (पांच ज्ञानेंद्रिय, पांच कर्मेंद्रिय व मन बुद्धि) का संचालन इस प्रारब्ध बिन्दु से ही होता है और **इसकी इस कार्यपद्धति में किसी भी प्रकार की बाधा इसकी नियमित गति को व स्पंदन को और इसके स्थान को रोग का कारण बनता है।** इस संबंध में अधिक चर्चा करने से पहले एक महत्वपूर्ण बात यहां पहले ही समझ लेनी चाहिए कि सभी प्रकार के आरोग्य शास्त्र में रोगों के विषय में बहुत सारी चर्चाएं हैं; परन्तु आरोग्य याने क्या? इसकी आयुर्वेद के अतिरिक्त कहीं परिभाषा नहीं दी गई है। यह एक बड़ी मजेदार बात व विडम्बना ही कही जाएगी। आयुर्वेद में आरोग्य (निरोगी) शरीर, स्वस्थ शरीर के संबंध में दी हुई व्याख्या बहुत ही संतुलित है पर पूर्ण नहीं है। इसलिए हमारे गुरुमहाराज के व्दारा लिखे गए 'प्रबोधिनी भाष्य' नामक आध्यात्मिक ग्रन्थ में भिन्न-भिन्न स्थानों पर विभिन्न प्रकरणों में इसकी विस्तार सहित चर्चा की गई है। वह ध्यान में लाकर आरोग्य के विषय में व्याख्या अगले शब्दों में अभिव्यक्त हो सकेगी। पांच कर्मेन्द्रिय, पांच ज्ञानेन्द्रिय, मन व बुध्दि अपने-अपने कार्य व्यवस्थित रूप से कर रहे हों, जागृति, स्वप्न, सुषुप्ति इन तीनों अवस्थाओं का भोग निर्विघ्न रूप से हो रहा हो, कफ, वात, पित्त की यथायोग्य समानता, सप्रमाणता हो तो शरीर निरोगी समझना चाहिए। ध्यान दीजिये। इस व्याख्या में पागलपन अथवा अन्य किसी भी प्रकार की मानसिक रुग्णता, बुध्दि की विकृति अथवा अनिद्रा आदि बातें भी रोगों की सीमा रेखा में आ जाती हैं। (पाठकों को दो बातें ध्यान में लानी चाहिए, प्रत्येक व्यक्ति को रोज स्वप्न आते ही हैं परन्तु स्वप्नों को देखने के पश्चात गहरी नींद आ जाए तो स्वप्न याद नहीं रहते और इसीलिए वह कहता है मुझे तो स्वप्न आते ही नहीं हैं। सही तो यह है कि स्वप्न उसी समय याद रहते हैं जब स्वप्न के पश्चात गहरी नींद न आए । स्वप्न जागृति और सुषुप्ति (गहरी नींद) के बीच की अवस्था है। इन तीनों ही अवस्थाओं का भोग आम आदमी करता है, चौथी जो तूरीयावस्था है, उसका आम आदमी को ज्ञान ही नहीं रहता, इसलिए इन दोनों अवस्थाओं की यहां चर्चा ही नहीं करूंगा ।

अब पाठकों को अगले वाक्य पढ़ने पर आश्चर्य का धक्का लगेगा, विश्वास ही नहीं होगा । इतना ही नहीं "इन स्वामीजी को कुछ मालूम ही नहीं, ज्ञानही नहीं" ऐसी सच्ची-झूठी धारणा भी हो सकती है क्योंकि उन्होंने अभी तक अनेक आध्यात्मिक ग्रन्थों में, प्रवचनों में, कीर्तनों में, चर्चाओं में, विविध लेखों में पढ़ा होगा, सुना होगा कि इडा, पिंगला, सुषुम्ना ये तीन नाडीयाँ है । इन तीन नाडीयो कि बहोत चर्चा है । **पर अगर हम कहे सुषुम्ना नाम की कोई नाड़ी ही नहीं है, इसलिए आश्चर्य का धक्का लगना ही है तथा उपर्युक्त प्रतिक्रिया होगी ही ।** अब हम इस विषय को ठीक से समझ लें । नाक के दो नासिका छिद्र, दायां और बायां इनसे सम्बन्धित ईड़ा व पिंगला दो नाड़ियां (वे भी इस स्थूल शरीर में न होकर सूक्ष्म शरीर में) हैं. जिसे हम सुषुम्ना नाड़ी कहते हैं वह वास्तव में तो इन दोनों नाड़ियों के मध्य की नली सी है, उस नली में एक में एक ऐसी तीन नाड़ियां हैं । वज्रा, चित्रिणी व ब्रह्मा नाड़ी ऐसी एक में एक तीन नाड़ियों का समूह जिस नली में है उसे सभी सुषुम्ना नाड़ी कहते हैं ।'प्रारब्ध बिन्दु' (विदाख्य लिंग) इन तीन नाड़ियों के ऊपर के मुख पर है । प्रारब्ध बिन्दु चल होता है । उसके इन तीन नाड़ियों के मध्य लिए गए स्थान से ही जागृति, स्वप्न और सुषुप्ति अवस्था होती है । प्रारब्ध बिन्दु अर्थात ही इसी विदाख्य लिंग का ब्रह्म नाड़ी में प्रवेश अर्थात ध्यान व समाधि । (वह इस नाड़ी में कितना गहरा उतरता है, उसके अनुसार) इस बिन्दु की वज्र नाड़ी स्थिति होना अर्थात जागृत अवस्था । चित्रिणी में होना अर्थात सुषुप्ती व इन दोनों नाड़ियों के मध्य नली में एक छोटी सी सूक्ष्म नाड़ी जिसे 'हिता' कहते हैं उसमें गमना गमन अर्थात स्वप्न । संक्षेप में यह प्रारब्ध बिन्दु निर्विघ्न रूप से वज्रा व चित्रिणी नाड़ी में योग्य स्थान तक जा व आ सकेगा तब तक जागृत, स्वप्न व सुषुप्ति घटित होगी । यही बात दूसरी भाषा में कहनी हो तो इस प्रारब्ध बिन्दु की गति तीन तरह से होती है । चक्रगत, नाड़ीगत व कोषगत। चक्र सूक्ष्म शरीर में अर्थात मनोमय कोष में ही है । विज्ञानमय कोष में नहीं है । बिन्दु का जिन-जिन चक्रों पर स्पन्दन पहुँचता है (कम्पन) उसके अनुसार कार्य घटित होगा । मनोमय कोष और विज्ञानमय कोष की जो सीमा रेखा है वह गहन निद्रा की स्थिति तथा विज्ञानमय कोष में चेतना का प्रवेश ध्यान है । इस

विषय की चर्चा विषयान्तर न हो इसलिए यहीं छोड़ रहा हूं । इस प्रारब्ध बिन्दु की गति व स्थिति और भी एक दृष्टि से ध्यान में लानी चाहिए । आधुनिक मेडिकल साइन्स भी मन की तीन अवस्थाएं स्वीकार करता है । जागृतमन (कॉन्शस माईंड) अर्धजागृत मन (सबकॉन्शस माईंड) और अजागृत मन (अनकॉन्शस माईंड)। दूसरे शब्दों में चेतन व अर्धचेतन अचेतन अथवा क्रियात्मक, अर्ध क्रियात्मक अक्रियात्मक। कफ, वात व पित्त का न्यूनाधिक प्रभाव होने से इस बिन्दु की गति व स्थिति में (स्थान) अव्यवस्था आती है । यह अव्यवस्था व इसे दूर करने की कोशिश अर्थात शारीरिक रोग । जिस समय यह प्रारब्ध बिन्दु जागृत मन की अपेक्षा अर्धजागृत मन से अधिक संबंध रखता है उस स्थान पर उसकी गति व स्थिति, स्पन्दन, तरंग अधिक समय तक कार्यरत रहें तो व्यक्ति की ओर से शारीरिक क्रिया कम होती है तथा वह स्मृति व कल्पना के खेल में अधिक व्यस्त होता है और उससे धीरे- धीरे चिंता बढ़ती है । जो सुखद स्थिति व स्मृति प्रत्यक्ष में आवें, ऐसा उसका मनोराज्य होता है । वैसा प्रत्यक्ष में न होने से चिन्ता उत्पन्न होती है । चिंता के कारण शांत निद्रा न आने, पाचन व्यवस्थित न होना, बध्द कोष्ठता होना या उल्टी-दस्त जैसी स्थिति होना ये सब शारीरिक रोग ही हैं.....

एक और बात, आयुर्वेद के अनुसार वीर्य का स्थान संपूर्ण शरीर में है और कपाल उसका मुख्य केन्द्र है । आधुनिक साइन्स इसे स्वीकार नहीं करता । उसकी दृष्टि से यह केवल मानव के अण्डकोष में तैयार होता है । इस अन्तर का कारण इतना ही है कि आयुर्वेद वीर्य और शुक्राणु दोनों को अलग-अलग मानता है । शुक्राणु की उत्पत्ति (Sperm) अंडकोष में होती है, यह सच है । वीर्य तो शुक्राणुओं का वाहक द्रव है । वीर्य का स्थान ललाट होने से ब्रह्मचर्य पालन करने वाले के, मर्यादा में रहकर साधन-भजन करने वाले गृहस्थों के भी (स्त्री-पुरुष कारण वीर्य, अन्न से बनने वाली सप्तधातु में से अन्तिम धातु है । स्वाभाविक रूप से यह स्त्रियों में भी है । उनमें शुक्र की बजाय रज है, यह मुख्य अन्तर है) चेहरे पर तेज दिखाई देता है जिसे हम ओज कहते हैं । चिन्ता से भी यह ओज कम होता हैं । आधुनिक विज्ञान में भी अभी विचार उत्पन्न होता है याने क्या? कैसे ? कहां ? इन प्रश्नों के उत्तर नहीं मिलते । इसलिए पागलपन याने ठीक-ठीक क्या?

यह अभी भी आधुनिक विज्ञान निश्चित रूप से कह नहीं सकता। इसके लक्षण, भेद, वर्गीकरण किया गया है परन्तु पागलपन का वास्तविक अर्थ क्या है ? यह प्रश्न अभी भी गूढ़ ही है। हमारे गुरु महाराज ने मां भगवती की कृपा से इस पर अन्तर दृष्टि से, दिव्य दृष्टि से तथा समाधि अवस्था में निरीक्षण कर कुछ निष्कर्ष निकाले हैं. उसकी सविस्तार चर्चा यहां नहीं करूंगा। मात्र इतना ही उल्लेख करता हूं कि विचारों का उत्पत्ति स्थान भू मध्य के पास जहां प्राण (श्वसन के व्दारा अन्दर जाने वाला) व वीर्य के परमाणु घर्षण होकर दोनों टूटते हैं, उसके असंख्य तरंग उत्पन्न होते हैं, वहां विचारों का मूल कारण है। वीर्य अन्न से उत्पन्न होता है, यह विधान ध्यान में रखा तो 'जैसा अन्न वैसा मन' इस लोकोक्ति का रहस्य ध्यान में आएगा। प्राण और वीर्य के परमाणु टूटते हैं, उससे अनेक तन्मात्रा उत्पन्न होती हैं। आप (पानी) तेज, पृथ्वी, वायु, आकाश ये पांच महाभूत और इनकी पांच तन्मात्रा हैं। (क्रमशः रस, रूप, गन्ध, स्पर्श व शब्द) ये तन्मात्राएं एक अर्थ से स्मृति विहीन तात्विक मन। इस तात्विक मन को यदि स्मृति का योग नहीं मिला तो मन पूर्ण अर्थ में तैयार नहीं होता और मन (तात्विक व स्मृति युक्त) जब तक व्यवस्थित रूप से तैयार नहीं होता तब तक कार्य करने के लिए इन्द्रियों को गति नहीं मिलती। प्रारब्ध बिन्दु इस निर्माण स्थल पर उपस्थित रह कर सभी कार्य व्यवस्थित सम्पन्न होंगे, ऐसा प्रयत्न करता है परन्तु तन्मात्रा अधिक मात्रा में उत्पन्न हो व उसे स्मृति का आधार न मिले तो मन तत्व पूरा नहीं होता। इन्द्रियों को गति व मार्गदर्शन नहीं मिलता। जो भी कार्य होंगे अव्यवस्थित, असम्बन्धित। परिणाम यह कि व्यक्ति पागल की तरह व्यवहार करने लगता है। एक प्रश्न की शंका का यहां समाधान करना आवश्यक है। मनुष्य केवल प्रारब्ध का ही भोग नहीं करता है, ईश्वर ने उसे विचार शक्ति, निर्णय शक्ति व नवीन कर्म करने की स्वतन्त्रता भी दी है। हम इस पर यहां सविस्तार चर्चा न करते हुए केवल भोजन संबंधी चर्चा करें। भाग्य में भोजन है कि नहीं है ? इसमें प्रारब्ध का भाग है परन्तु भोजन क्या करना है ? क्या नहीं करना है, इसका निर्णय व्यक्ति का स्वयं का होता हैं। यदि उसने कुपथ्य किया (अभक्ष्य व विरुध्द आहार और घर-परिवार के संस्कार, मर्यादा, धर्म, देश,

काल, परिस्थिति व संस्कार अनुरूप भोजन नहीं किया तो वह सभी कुपथ्य) इन कुपथ्यों से वात, पित्त, कफ सभी दूषित होते हैं। (एक, दो या एक साथ तीनों ही) और इस दूषित वात, पित्त, कफ का परिणाम प्रारब्ध बिन्दु की स्थिति, गति व स्थान पर होता है जो बहुधा विपरीत होता है और उससे रोग उत्पन्न होते हैं। जैसे पित्त (Acidity) खांसी-कफ, बध्द कोष्ठता (कॉन्स्टीपेशन)। इससे मन की चंचलता बढ़ी तो उसमें से व्यसन, नशा, हिंसा, अनाचार, व्याभिचार की प्रवृत्ति हो सकती है। ये सभी एक अर्थ में मानसिक रोग ही हैं। उसी प्रकार पित्त की अधिकता क्रोध उत्पन्न करती है। कफ का संबंध रसतत्व से है अतः इसका सम्बन्ध 'काम' से है। वायु तत्व व स्पर्श तत्व का अनुपात बिगड़ा तो तीव्र काम वासना उत्पन्न करेगा।कफ की असमानता लोभ भी उत्पन्न करेगी। और ये अमर्यादित काम, क्रोध, लोभ अनेक रोग भी उत्पन्न करेंगे।

अब इतनी सविस्तार चर्चा होने पर स्तोत्र-मंत्र से क्या प्रभाव पड़ेगा, इसकी चर्चा करें। पहली बात यह है कि इस पुस्तक में स्तोत्र-मंत्र के विज्ञान की जो चर्चा की गई है, उसके अनुसार **उनकी तरंगों से, स्पन्दन से, प्रारब्ध बिन्दु को (होम्योपैथी का Vital Force) अपनी स्वाभाविक गति, स्थिति व स्थानान्तर में मदद मिलेगी तथा शरीर निरोगी होने में भी सहायता मिलेगी। औषधि से भी यही लाभ होता है। प्रारब्ध बिन्दु की स्वाभाविक गति, स्थिति, स्तोत्र-मंत्र से बुध्दि शुध्द होकर कुपथ्य करने से मनुष्य दूर रहता है। जैसे-जैसे स्तोत्र मंत्र के जपने से आन्तरिक शुध्दि होगी, रुचि, इच्छा, वासना कम होकर अभक्ष्य भक्षण अपने आप छूट जाएगा। रोग भी नहीं होगा। मन की चंचलता और उससे होने वाले पतन की संभावना भी टलेगी। ऐसे रोग दूर होकर शारीरिक-मानसिक प्रसन्नता होगी।**

प्रारब्ध भोग का विचार करने के लिए इसे एक उदाहरण से समझें। मान लीजिये कि किसी व्यक्ति की ओर से कोई अपराध, अनैतिक कार्य, अनियमितता हुई और न्यायालय से उसे दंड मिला तो, उसे भोग लेने पर वह जैसे उससे मुक्त होता है उसी प्रकार **औषधि लेना या स्तोत्र मंत्र का प्रयोग करना भी प्रारब्ध भोग के संदर्भ में एक प्रकार की सजा है और यह सजा भोग ली तो रोग समाप्त हो**

जाता है । उस रोग का प्रारब्ध भोग समाप्त हो जाता है । दवा लेना किसी को अच्छा लगता है क्या ? नहीं न । तो भी लेनी पड़ती है तो यह भी सजा / दण्ड नहीं है क्या ? जिस स्तोत्र मंत्र से ईश्वर प्राप्त हो सकता है, उसे रोग दूर करने के लिए उपयोग में लेना भी क्या सजा नहीं है ? और इस सजा को भोगने के बाद जेल से जैसे मुक्ति मिलती है वैसे ही रोग से मुक्ति मिले तो इसमें आश्चर्य क्या है ? रोग पर केवल दवा का अथवा केवल स्तोत्र मंत्र का प्रयोग करने की बजाय दोनों का एक साथ प्रयोग करें अर्थात दवा लें और स्तोत्र मंत्र का भी (आवश्यकतानुसार) प्रयोग करें तो शीघ्र लाभ होगा। आयुर्वेद के सभी ग्रन्थों में रोग पर दवा के साथ ईश्वर उपासना स्तोत्र मंत्र, प्रार्थना, पूजा-पाठ, हवन आदि उपचार बताए गए हैं । उदाहरण के तौर पर एक श्लोक कहता हूं :-

अच्युतानन्त गोविन्दनामोच्चारण भेषजात ।
नश्वन्ति सकला रोगाः सत्यं सत्य वदाम्यहम् ।

उसी प्रकार ही आयुर्वेद के अष्टांग संग्रह ग्रन्थ के तीसरे अध्याय में कहा गया है :-

मातरं पितरं देवान वैद्यान्विप्रात हरं हरिम् -

सभी प्रकार के ज्वर से मुक्त होने के लिए माता-पिता, वैद्य, देवता, ब्राह्मण, शंकर, विष्णुजी पूजा की जानी चाहिए । योग रत्नाकर ग्रन्थ में भी कहा गया है कि - **विष्णोर्नामसहस्त्रस्य पठनं श्रवण श्रुते** अर्थात विष्णु सहस्त्रनाम पाठ रोग मुक्ति में सहायक होता है । सुश्रुत चरक-संहिता आदि ग्रन्थों में ऐसा ही उपदेश है । हम पुनः अपने मूल विषय पर आते हैं।

स्तोत्र मंत्र विज्ञान में गणपति अथर्वशीर्ष पर थोड़ी चर्चा की थी । अथर्वशीर्ष शब्द का अर्थ स्पष्ट है । अथर्व याने चंचलता रहित, स्थिर । शीर्ष याने सिर, मस्तिष्क या मन आदि । जिन लोगों के मन बहुत चंचल हैं, जन्मपत्रिका में चन्द्र के साथ राहू है, (अथवा केतु या शनि जैसे पापग्रह) जिन विद्यार्थियों का

पढ़ने में मन नहीं लगता, वाचन करते समय बहुत से विचार आते हैं इसलिए वाचन में ध्यान नहीं रहता। जिनके विषय में पागलपन के लक्षण दिखने लगें उन सबको गणपति अथर्वशीर्ष का पाठ (प्रतिदिन एक बार व संकष्ट चतुर्थी को सायंकाल 21बार) व ॐ गं गणपतये नमः मंत्र के जाप से बहुत लाभ होता है।

पागलपन के लक्षण बढ़ने लगें या दुर्घटना में सिर पर चोट आने से स्मृतिभ्रंश हुए व्यक्ति को या मंद बुध्दि बालकों को 'हरे राम, हरे राम, राम राम हरे हरे, हरे कृष्ण, हरे कृष्ण, कृष्ण कृष्ण हरे हरे।' यह 32 अक्षरी महामंत्र बहुत उपयोगी होता है। जिस व्यक्ति के लिए यह प्रयोग करना हो वह व्यक्ति आरंभ में कदाचित स्वयं यह मंत्र नहीं बोल सकेगा तो घर-परिवार के किसी व्यक्ति को (जो उससे सच्चा प्रेम करता है) उसे अपने पास प्रेम से बिठाकर मंत्र सुनाना चाहिए जब तक कि व्यक्ति स्वयं न बोलने लगे। जब वह स्वयं बोलने लग जाय तब बड़े प्रेम से उससे आग्रहपूर्वक दिनभर में जितना अधिक हो सके, बार-बार बोलने का अभ्यास कराना चाहिए। उगते हुए सूर्य को जल अर्पण करते हुए गायत्री मंत्र या सूर्य के बारह नामों से प्रातःकाल की उपासना करने के पश्चात दिन भर उपरोक्त प्रयोग करना चाहिए। अर्धपागल अवस्था, स्मृतिभ्रंश, मंदबुध्दि पर अच्छा लागू होगा साथ ही ऊपर बताए गए तरीके से इसके साथ-साथ उचित औषधोपचार करना चाहिए।

दरिद्रता स्वयं रोग न हो तो भी अनेक रोगों का जन्म स्थान है। इसलिए रोग मुक्ति के साथ ही दारिद्रयमुक्ति का भी प्रयत्न करना चाहिए। उसके लिए श्री सूक्त, महालक्ष्मी अष्टक व '**या देवी सर्वभूतेषु लक्ष्मी रूपेण संस्थिता। नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमो नमः।।**' का पाठ करना चाहिए। पुरुषार्थ को उपासना का साथ होने से लक्ष्मी की कृपा होकर दरिद्रता दूर होने से उससे उत्पन्न होने वाले रोग भी दूर होंगे।

पहले होम्यौपेथी व प्रारब्ध की दृष्टि से कुछ चर्चा की थी। वास्तव में रोग के कारण कुछ भी हों, होम्यौपेथी, एलोपैथी और आयुर्वेद की दृष्टि से कोई भी कारण हो पर सभी कारणों का आधारभूत कारण तो गत जन्मों के प्रारब्ध कर्म या इसी जन्म के कर्म कारणीभूत होते हैं। परन्तु लोग इस बात को

गम्भीरता से नहीं लेते तथा सारी शक्ति रोगों के विपरीत लड़ने में लगा देते हैं। पुराणों मे मजेदार कथा है। ईश्वर सत्ता ने प्रत्येक देवता को (देवी-देवता) अलग-अलग प्रकार के काम सौंपे. उनमें यमराज के पास 'मृत्यु' का काम आया। मृत्युलोक से (पृथ्वी पर से) जीवात्मा को वापस ले जाने का मृत्यु का काम आया। इस पर यमराज ने कहा-'इस कठोर काम से लोग नाराज होकर मुझे अपशब्द कहेंगे तो कोई शाप भी देगा। इस पर ईश्वर सत्ता ने समझाया कि तुम कोई चिन्ता मत करना, कोई भी तुम्हें दोष नहीं देगा। सब निमित्त को दोष देंगे। यमराज ले गया नहीं कहेंगे बल्कि पाण्डुरोग, विषमज्वर, कफ, वात अथवा दुर्घटना, युध्द आदि के कारण मरा, ऐसा कहेंगे।' इसके अनुसार सही कारण प्रारब्ध (इस या पूर्व जन्म के) होगा तो भी व्यवहार में हम अलग-अलग कारण बताते हैं।

दुर्घटना से उत्पन्न शारीरिक स्थिति को कदाचित रोग की संज्ञा नहीं देते होंगे पर वह सामान्य जीवन (Normal life) तो नहीं ही है, एक विशेष घटना बताता हूं - हमारे निकट घनिष्ट परिचय का एक परिवार जिसने आश्रम की बहुत सेवा की है, उस परिवार के मुखिया डॉक्टर हैं। लगभग 8-10 वर्ष पहले की घटना हैं। एक बार उन डॉक्टर साहब से हमने कहा (हम जब मिले थे तो दिवाली के दिन थे) डॉ. साहब हमने जो ध्यान में पाया तथा अंतःप्रेरणा जो सूचना दे रही है, उसके आधार पर कह देता हूं कि इस दिवाली से आने वाली दिवाली तक, इस एक वर्ष में आपकी धर्मपत्नी के लिए प्राणघातक दुर्घटना की संभावना है। सावधान रहना। इसके बाद देखते-देखते 10 माह का समय निकल गया, हमारी सूचना की घर में अब कोई गम्भीरता नहीं रही। डॉ. स्वयं भी मां भगवती के उपासक थे तथा बीच-बीच में तथा नवरात्रि में नियमित चण्डीपाठ करते थे। अश्विन नवरात्रि व चैत्र नवरात्रि में बाहर नहीं जाते थे। उस वर्ष ऐसी परिस्थिति उपस्थित हुई कि उन्हें अश्विन नवरात्रि में चण्डीपाठ करना छोड़ कर उनके एक सुपुत्र के पास मुम्बई जाना पड़ा। नवरात्रि में उनका छोटा पुत्र जो मेडिकल के अन्तिम वर्ष में अध्ययनरत था, उसकी मां को लेकर बजाज स्कूटर पर निकट के ही एक शहर में लगभग 40 किमी जाने के लिए निकला। उस महिला को स्कूटर

पर देखकर उसके चाचा ससुर तथा देवर ने भी टोका और कहा, "तू क्यों स्कूटर पर अपने बेटे के साथ जा रही है । जाना ही है तो बस से चले जाओ" परन्तु माता-पुत्र ने बड़ों की सीख की तरफ कोई ध्यान नहीं दिया । इसके अतिरिक्त कुछ बुजुर्गों ने भी मना किया पर उन्होनें अनसुना कर दिया । विषयान्तर कर पाठकों को महत्वपूर्ण सलाह देता हूं, आग्रहपूर्वक निवेदन करता हूं कि कृपया 'पंच परमेश्वर' यह लोकोक्ति केवल बोलने के लिए ही है, ऐसा मान कर उपेक्षा न करें, पूर्वजों के अनुभव के बोल हैं" । हमें स्वयं भी एक बार इस सूक्ति की उपेक्षा करने के कारण बड़ी यातना भोगनी पड़ी । माता और पुत्र घर से चार-पांच किलोमीटर गए ही थे कि तभी माता स्कूटर से नीचे गिर गई । उसकी साड़ी का पल्लू पहिये में अटक जाने से वह लगभग 100 फीट पीछे-पीछे घसीटती गई । इसका पुत्र को ध्यान भी नहीं आया, वह गाड़ी चलाता रहा । रास्ता सीमेण्ट अथवा डामर का न होकर कच्ची कंक्रीट थी । रोड निर्माणाधीन होने से पत्थर, गिट्टी पड़ी हुई थी. उससे रगड़ लग कर महिला के कान के पास ऊपर की खोपड़ी टूट गई व वह रक्तरंजित होकर बेहोश हो गई । बाद में उसे निकट के शहर में न्यूरो सर्जन के पास ले गए । इस परिवार में कुल पांच सदस्य डॉक्टर । दो लड़के, पति, देवर और भाई भी । सभी दौड़े । न्यूरो सर्जन ने सारी जांच की और ऑपरेशन किया, दोनों कानों की ओर, वह बच जाएगी, ऐसा किसी को भी नहीं लग रहा था । इतनी कठिन परिस्थिति थी, परन्तु आयु शेष थी, महिला बच गई। अभी भी है पर बाद में क्या हुआ ? महीने भर में पता लगा कि किसी भी प्रकार की स्मृति नहीं बची । आगे के इलाज के लिए मुम्बई आए। मुम्बई के तीन श्रेष्ठ न्यूरोफिजिशियन व सर्जन ने मिलकर एक ही मत व्यक्त किया कि मस्तिष्क के जीस कोष में स्मृति होती है, उसे भारी नुकसान पहुंचा है । अनेक कोष मृतवत हो गए हैं। औषधि उपचार से नवीन कोष बन जाएंगे तो भी उनमें पूर्व की स्मृति कैसे आएगी ? उसकी कोई सम्भावना नहीं दिखाई दे रही थी । ईश्वर शक्ति कोई चमत्कार करे तो बात अलग है । मेडिकल साइन्स की दृष्टि से इतनी ही सलाह दे सकते हैं कि इन्हें बिल्कुल जैसे छोटे बच्चों को सिखाते हैं, वैसे ही सब सिखाइये भोजन करना, शारीरिक क्रिया, कपड़े पहनना, ओर बोलना । बताइये कि यह

तुम्हारा बेटा है, यह बहू, यह पति आदि । कल्पना करिये उस परिवार की क्या स्थिति हो गई होगी? वे मुम्बई से वापस आ गए तब हम दूसरी बार उनसे मिलने गए । (पहले ऑपरेशन के समय) डॉक्टर तो हमारे पास बहुत रोए। हमने उन्हें धैर्य बंधाते हुए कहा - "माँ भगवती पर श्रध्दा रखिये । आप नित्य उनके पास बैठकर अथवा उनके बिस्तर के पास बैठकर चण्डी पाठ करें । उनके कान मे जितने श्लोक जाएंगे उतने तथा फिर दिन में अनेक बार उनके सिर को अपनी गोद में लेकर प्रेम से थपथपाते हुए कहिये 'हरे राम, हरे राम, राम राम हरे हरे, हरे कृष्ण, हरे कृष्ण, कृष्ण कृष्ण हरे हरे ।' इसे तब तक चालू रखिये जब तक उनके ध्यान में आकर वह स्वयं न बोलने लगें । एक बार यह मंत्र वह स्वयं बोलने लग गईं तो फिर दिन भर प्रेम से आग्रहपूर्वक यह मंत्र अनेक बार बोलिये और बुलवाइये ।" और क्या आश्चर्य, महाआश्चर्य । दो-तीन महीने में ही उस महिला की सर्व स्मृति आ गई । हम उन्हें फिर तीसरी बार मिले तब उन्होंने हमें न केवल पहचान लिया, बल्कि उन्होंने याद करके यह भी बताया कि हम उनके परिवार के साथ शेगाव रेल्वे से गये थे। ट्रेन में हमें अनेक बार उल्टी हुई थी । शेगांव से माहुरगढ़ गए थे, यह भी बता दिया। उनकी लगभग 85 प्रतिशत स्मृति वापस प्राप्त हो गई । मुम्बई के विशेषज्ञ डॉक्टरों ने आश्चर्य से मुंह में उंगली डाल ली । विश्वास न हो सके, ऐसा चमत्कार । हमने डॉक्टर साहब को अल्जायमर (स्मृतिभ्रंश) के रोगी पर उपयुक्त दोनों उपचार करने की आग्रहपूर्वक प्रार्थना की। जिस-जिस परिवार में वृध्दों को अथवा किसी को दुर्घटनावश स्मृतिभ्रंश हो गया हो प्रतिदिन एक बार चण्डीपाठ और दिन भर उपयुक्त मंत्र सुनाइये । कम से कम 3 माह तक निराश न होते हुए यह प्रयोग करके देखें । फरक पड़े, लाभ होते दिखे तो आगे भी चालू रखा जा सकता है । 'हरे राम हरे कृष्ण' इस मंत्र का प्रयोग हमने एक मंदबुध्दि 12 वर्ष के बालक पर करके देखा, जिसे कपडे पहनना तक नहीं आता था, ठीक से भोजन भी नहीं कर पाता था । 2 महीने में ही वह स्वयं अपने हाथ से कपड़े पहनने और भोजन करने लग गया । इस मंत्र के साथ प्रातःकाल सूर्य को अर्घ्य देने को प्रयोग भी करें ।

अब एक अलग प्रकार की बात । हमारे सम्पर्क में रहने वाले एक सज्जन

के घर, पहली बार जाने का योग हुआ । एक छोटे से शहर में उनके घर जाने के कुछ ही क्षणों बाद हमें अस्वस्थता का अनुभव होने लगा । वास्तव में तो उस गली में प्रवेश करते ही अस्वस्थता अनुभव होने लगी, पर घर पहुंचने पर बहुत बढ़ गई। हमने उनसे पूछा, तुम्हारे इस मोहल्ले और घर की जगह पर कभी स्मशान अथवा कब्रिस्तान था क्या ? उसे आश्चर्य हुआ । उसने कहा "हाँ, स्वामी जी पूर्व में यह जगह आदिवासियों की दफन भूमि थी । पर आपने ऐसा क्यों पूछा ?" हमने कहा, "उसकी दूषित तरंगें अभी भी यहां विद्यमान हैं इसलिए ।" दूसरा प्रश्न क्या आपके घर में किसी की दुर्घटना में मृत्यु हुई है ? उसका उत्तर था- हाँ स्वामी जी मेरे सगे काका एक दुर्घटना में ही मरे थे। हमने फिर पूछा- क्या आप इस घर में सुख-शान्ति से रह रहे हो ? उन्होंने उत्तर दिया नहीं, स्वामी जी, पहली बात तो यह कि रात के समय हमें कभी शान्त और गहरी नींद नहीं आती है । कभी-कभी जागने पर अनुभव होता है कि घर में कोई तो भी अन्य व्यक्ति है । दूसरी बात कोई कारण नहीं होते हुए भी अथवा सामान्य बात पर भी रोज मेरे और पत्नी के बीच कुछ विवाद हो ही जाता है । तीसरी बात मैं रात-दिन इतनी मेहनत करता हूं फिर भी सिर से कर्ज का बोझ नहीं उतरता । चौथी बात, घर में कोई न कोई बीमार रहता ही है, कभी मैं, कभी पत्नी, कभी बालक, कभी पिताजी, कभी मां, ऐसा दिन मुश्किल से ही आता है जब अस्पताल जाने की आवश्यकता न हो । दूसरी भी अनेक कठिनाइयां और दुख बताए। हमने कहा- इसके लिए सादा और सरल उपाय है । उन्होंने कहा, स्वामी जी इसके लिए मैं पहले भी बहुत प्रयत्न कर चुका हूं, अनेक तांत्रिकों को भी बुलाया, दूसरे भी कई उपाय किये, कोई लाभ नहीं हुआ । हमने कहा, अब मैं बताता हूं,वह करें । प्रति माह एक दिन निश्चित तिथि को तुम्हारी या ब्राह्मण की सुविधानुसार चण्डी पाठ कर, तुम स्वयं न कर सको व ब्राह्मण के व्दारा कराना हो तो भी कराओ, स्वयं करो तो अति उत्तम । महीने के दोनों पक्षों में अष्टमी, नवमी व चतुर्दशी होती है अर्थात ये छ तिथियां तथा सातवीं पूर्णिमा इसमें से एक तिथि निश्चित करो, अष्टमी सर्वोत्तम है उसके बाद चर्तुदशी, उसके बाद अन्य तिथि । सम्भव हो तो पाठ सायंकाल से पूर्व करें । सूर्यास्त पूर्व आधा पाठ करें और सूर्यास्त बाद आधा पाठ

समाप्त हो, इस प्रकार करें तो फलदायी होगा । बारह माह में बारह पाठ और बाद में एक पाठ का हवन, इसके अनुसार उसने आरम्भ किया, तीन-चार माह में ही फरक पड़ गया । छः माह में पति-पत्नी की अनबन, वाद-विवाद समाप्त, घर की बीमारी समाप्त, आर्थिक कठिनाइयां समाप्त । जो डेढ़ लाख रुपये क़र्ज था, वह छः माह में साफ, अगले छः माह में डेढ़ लाख रुपये बचत । सभी दृष्टियों से सुखी हो गया ।

पाठक मित्रों को एक बात साफ तौर पर कहना चाहूंगा । आजकल वास्तुशास्त्र की बहुत चर्चा है, इस पर अनेक पुस्तकें भी लिखी गई हैं । लेख आते ही रहते हैं । वास्तुदोष और उनकी चर्चाए होती रहती हैं, परन्तु मजेदार बात यह है कि भूमिदोष की चर्चा कोई नहीं करता । भूमिदोष का मतलब भौतिक दोष नहीं है । भौतिक दोष का मतलब भौतिक दृष्टि नहीं । भौतिक दृष्टि याने मिट्टी काली है, पीली है, कठोर है, कठिन है, भुरभुरी है, रेती है या उसर है । नींव कितनी गहरी, कितनी लम्बी और चौडी होनी चाहिए, इस पर चर्चा होती है, हम जिसे भूमि दोष कहते हैं वह उसकी तरंगों की दृष्टि से कहते हैं । क्या आपको यह ज्ञात है ? श्रीकृष्ण ने महाभारत के युद्ध के लिए कुरुक्षेत्र की भूमि को ही क्यों चुना ? जनमेजय ने सर्प यज्ञ की तैयारी शुरू की तब यज्ञ पूरा नहीं होगा या सफल नहीं होगा, किसी ज्ञानी पुरुष ने ऐसा क्यों कहा ? राम के साथ वनवास के लिए जाते समय किस भूमि पर, किस स्थान पर लक्ष्मण को राम को छोड़ कर वापस अयोध्या जाने का विचार आया ? क्यों ? जैसे सभी लोग सभी कामों के लिए पात्र नहीं होते हैं । उनके गुणदोष और स्वभाव के अनुसार (जैसे सभी के लिए सेना में भर्ती होना संभव नहीं होता अथवा कलेक्टर होना भी सभी के लिए संभव नहीं होता) पात्र/अपात्र होते हैं उसी प्रकार जमीन के विषय में भी है । कोई भी जमीन सभी कामों के लिए योग्य नहीं होती, बहुत बड़ा विषय है। हमें यहां इतना ही देखना है कि भूमि की "तरंग" उस क्षेत्र का वातावरण यानी एक प्रकार का भूमिदोष उत्पन्न होता है और उस जगह पर रहने वाले को ऊपर दिये हुए प्रसंग के अनुसार कुछ न कुछ दुख, बाधाएं, बीमारी सहन करनी पड़ती है । यदि आपकी ऐसी परिस्थिति हो तो ऊपर दिया हुआ प्रयोग करके देखें ।

उपर्युक्त प्रसंग में वह व्यक्ति एक बार अपनी मौसी के पुत्र को लेकर हमारे पास आया। एकदम जवान लड़का। उसकी शिकायत ऐसी थी कि स्वामी जी, दिन में तो मुझे कोई कष्ट नहीं होता परन्तु रात में अनेक बार मुझे ऐसा लगता है कि कोई मेरी छाती पर बैठ कर मेरा गला दबाता है। मैं घबरा कर आंखें खोलता हूं, कुछ भी नहीं दिखाई देता। पर किसी के वहां होने का अनुभव होता है। घर के पीछे थोड़ी सी खेती की जमीन है, उसमें कितनी भी मेहनत करें तो भी फसल नहीं होती। अलग-अलग फसलें, साग-सब्जी भी बो कर देख ली, फायदा नहीं हुआ। हमने कहा, "हम अभी तो तुम्हारे घर नहीं आ सकेंगे (पाठक कृपया नोट करें बहुत निकट का या अपनत्व का संबंध किसी से जब तक नहीं हो जाता तब तक हम किसी के घर जाते नहीं हैं और किसी भी प्रकार की सेवा स्वीकार नहीं करते) परन्तु आप ऐसा करें, रोज प्रातः-सायं घर में टेप पर रुद्रपाठ की कैसेट लगायें (कारण उसे स्वयं को रुद्र पाठ नहीं आता था) व आप स्वयं प्रातः और सायंकाल हनुमान चालीसा का पाठ कर शनिवार के दिन सायंकाल हनुमानजी का चित्र सामने रख कर तेल का दीपक जलाते हुए अगरबत्ती लगा कर ग्यारह बार हनुमान चालीसा पढ़ें।" उसके सारे प्रश्न हल हो गए। पाठक मित्रों यहां एक बात खास तौर से कहना चाहता हूं। प्रेत योनि के लिए अभी तक वैज्ञानिकों में हो अथवा अन्य में कोई निर्णय नहीं होता. कोई स्वीकार करते हैं और कोई नहीं. प्रयोग चल रहे हैं, अध्ययन चल रहा है पर अभी निष्कर्ष नहीं निकला। इसके विपरीत कई गप्पें मारने वाले, राई का पर्वत करने वाले लोग भूत, पिशाच की कई बातें कहते है जो सुनने में सच नहीं लगतीं। विशेषकर उनका रंग रूप, आकार व उनके पराक्रम। ये सभी कपोल कल्पित बातें हैं परन्तु प्रेत योनि है, यह अनेक स्वानुभवों से हम छाती ठोक कर कहते हैं। प्रेत योनि के व्यक्ति का शरीर ठीक वैसा ही दिखता है (साधारण आंखों से नहीं) जैसा उसकी मृत्यु के समय में था। ऊंचाई, दुबला, पतला, आयु, सभी विषयों में और उसके व्दारा साधारणतः लोगों को कभी भी कोई कष्ट अथवा कठिनाई नहीं होती परन्तु दो लोगों को हो सकती है. एक तो जिनके लिए उनमें बहुत ममत्व होता है उसे अथवा अतिशत्रुत्व होता है उसे, उनके कारण टीबी अथवा ऐसे रोग हो सकते हैं,

जिन पर किसी भी दवा का कोई परिणाम नहीं होता. यदि ऐसा हो तो उसका अर्थ हुआ बीमारी तो है परन्तु दवा बिल्कुल असर नहीं करती । इस दृष्टिकोण से विचार करके देखिये और यदि ऐसा हो तो बताए गए तीनों उपाय बहुत लाभकारी होंगे । थोड़ा विषयान्तर कर कहता हूं । राजस्थान में 'ब्यावर' नाम के शहर में एक बड़ा व्यापारी अपनी कार में वहां के सबसे बड़े बाजार में हमें ले कर गया । उस बाजार में कृषि उत्पादन सहित होलसेल व रिटेल (किराणा) सभी प्रकार का व्यापार होता है । केवल अनाज ही नहीं किराणा, कपड़ा, सोने-चांदी, स्टेशनरी वगैरह सभी प्रकार का व्यापार । जैसे ही गाड़ी बाजार में गई, हमने उन सेठजी से पूछा, कि आप हमें बाजार में लाए है या श्मशान में ? सेठजी आश्चर्य में पड़ गए। वे बोले- ''आपने ऐसा क्यों पूछा?'' ब्यावर में आप पहली बार ही आए हैं कि इससे पहले भी आ चुके हैं? हमने कहा-'''हम व्यावर में ही पहली बार आए हैं. यहां इतनी भीड़, इतना व्यापार होकर भी यहां की सूक्ष्म तरंगें स्मशान की हैं, इसलिए पूछा ।'' सेठजी बोले, ''आपका कहना सच है स्वामी जी। यहां पूर्व में श्मशान भूमि थी । अब उसे यहां से दूर ले जाया गया है और यहां बाजार को बारह वर्ष हो गए हैं. यहां इतनी भीड़ हजारों लोगों का आना-जाना, सामने हाई स्कूल का होस्टेल, तीसरी जगह सरकारी अस्पताल, कई वर्ष हो गए परन्तु वह जगह श्मशान भूमि की और उसकी तरंगें वैसी ही कायम थीं । जो विशेषकर साहित्यिक व्यक्तियों को बीमार कर सकती हैं । डॉक्टरों की ओर से रोग निदान होना कठिन होता है, दवा का उपयोग भी नहीं होता । ऐसा मत समझना कि केवल श्मशान भूमि में ही भूमि दोष होते हैं, दूसरे अनेक कारण हो सकते हैं । एक बार सातारा की तरफ यात्रा में एक छोटे गांव में विश्राम था । अचानक एक युवा विवाहित स्त्री हमारे पास आ कर नमस्कार करके रोने लगी । वह अपने साथ नारियल लाई थी व रोते हुए बोली, ''स्वामीजी मुझे आशीर्वाद दीजिये. इस नारियल से मेरी गोद भर दीजिये, मुझे सन्तान नहीं है ।'' हमने कहा, ''यह धंधा हम नहीं करते । दूसरे किसी के पास जाइये । बहुत से साधु-संन्यासी हैं '' वह रोते-रोते बोली, ''बहुत सी जगह जा कर आई, बहुत से प्रयत्न भी किये पर कोई उपयोग नहीं हुआ। डॉक्टरी उपाय भी किये, मेडिकल रिपोर्ट सामान्य है, कोई

दोष नहीं है फिर भी सन्तान योग नहीं है । गर्भधारण हो तो वह टिकता नहीं है। आप मुझ पर दया कीजिये। ये लोग (ससुराल पक्ष के) मुझे घर से निकाल कर उनका दूसरा विवाह करने वाले हैं। " हमने क्षण भर ऑखें बन्द कीं । मॉ भगवती का स्मरण किया और एकदम बिना पहचान की उस महिला से कहा, "बेटी, तुम उन लोगों से जा कर कहो कि इसमें तुम्हारा कोई दोष नहीं है, उन्हीं का है । उनके परिवार में किसी स्त्री ने घर की परेशानी से दुखी हो कर आत्महत्या की है, वह इस घराने का वंश नहीं चलने देगी ।" वह लड़की आश्चर्य से बोली, "मेरा विवाह हुए इतने वर्ष हो गए फिर भी मैंने यह नहीं सुना।" हमने कहा, "तुम जाओ और अपने ससुरजी से पूछो और वह बात सही निकली । यह कदाचित शारीरिक रोग न हो परन्तु पति-पत्नी सक्षम होते हुए भी गर्भधारण न होना, होवे तो बार-बार गर्भपात होना, इस पर क्या चिकित्सा होगी ? कुछ भी काम में नहीं आता । मां भगवती की शरणागति, श्रध्दानुसार उचित स्तोत्र मंत्र यही एक उपाय है । कृपया कोई ये पढ़कर ऐसा भ्रम न पालें कि हम लोगों में अन्धश्रध्दा फैला रहे हैं । वास्तव में तो ऐसे चिल्लाने वाले बुध्दिजीवी कौवों को, श्रध्दा व अन्धश्रध्दा क्या है? यह ही मालूम नहीं होता। हमने तो जो देखा, निरीक्षण किया, अनुभव किया व प्रत्यक्ष प्रयोग करके देखा, उतने ही प्रसंग इस पुस्तक में दिए गए है । नीचे की सभी घटनाएं सत्य हैं, संबन्धित सभी लोग अभी तक जीवित हैं । हम इतिहासकालीन घटना नहीं कहते। गत पन्द्रह-बीस वर्षों में जो देखा, अनुभव किया, वही कहा है । प्रत्येक घटना से हमारा एक मार्गदर्शक के रूप में प्रत्यक्ष संबंध रहा है ।

दूसरी बात ऐसी कि ऊपर चण्डीपाठ (दुर्गा सप्तशती), रुद्री (अष्टाध्यायी रुद्री और रुद्र पाठ) व हनुमान चालीसा का उल्लेख है । **इसका अर्थ ऐसा नहीं है कि यह और इतने ही उपाय हैं। हमने जिन स्तोत्र मंत्रों का प्रयोग किया है, उनके बारे में ही बताया है । इसके अतिरिक्त भी अनेक दूसरे स्तोत्र मंत्र हैं, उनका भी उपयोग किया जा सकेगा । हर कोई स्वयं की श्रध्दा के अनुसार, स्वयं के ईष्ट देवता, गुरु परम्परा, सम्प्रदाय के अनुसार स्तोत्र मंत्र खोज कर निकाले ।** उदाहरण के लिए हनुमान चालीसा की तरह ही गुजरात में दत्त बावनी

अथवा मराठी में श्री गुरुचरित्र के अन्तिम अध्याय की अवतरणिका लाभ देगी। हनुमान चालीसा अथवा दत्त बावनी अवतरणिका के विषय में एक भिन्न बात ध्यान में लाता हूं और वह ऐसी है कि कदाचित आज के कोई विद्वान कवि, आज की भाषा में ऊपर बताए हुए स्तोत्र की अपेक्षा भाषा की दृष्टि से अधिक शुध्द, उत्तम, भाषा व शब्द सौन्दर्य, गेयत्व, व्याकरण व काव्य शास्त्र के नियम की दृष्टि से उत्तम स्तोत्र लिख सके होंगे परन्तु उन विद्वानों के पास शब्द तरंगों का, कंपन का ज्ञान न होने से स्तोत्र केवल कानों को मधुर लगेंगे, प्रत्यक्ष में कोई लाभ नहीं दे सकेंगे। उसी प्रकार चण्डी पाठ (श्री दुर्गा सप्तशती) का मराठी भाषान्तर हमारे देखने में आया है। जिनको केवल माँ भगवती की भक्ति व आराधना के लिए पढ़ना है तो अवश्य पढ़ें परन्तु तरंग व कंपन (wave length & frequency) की दृष्टि से संस्कृत का मूल चण्डीपाठ ही उत्तम है। वही प्रभावशाली परिणाम दे सकेगा। वही बात ज्ञानेश्वरी की, पक्तियां पढ़ना अलग; अर्थ पढ़ना अलग, इतना ही नहीं तो ज्ञानेश्वरी की आधुनिक भाषा में नयी ओविबध्द ज्ञानेश्वरी भी हमने देखी है। वह पढ़ने में व विषय समझने में कदाचित सरल हो परन्तु मूल ज्ञानेश्वरी का जो विलक्षण आन्तरिक व भावनात्मक परिणाम शरीर पर होता है, वह नई पंक्तिबध्द ज्ञानेश्वरी से नहीं होगा। यहां पाठकों के सामने और एक प्रश्न खड़ा होगा कि स्तोत्र मंत्र मुख्यतः संस्कृत भाषा में हैं, अन्य भाषाओं में लगभग नहीं हैं, उसी तरह कइयों को उनके धर्म, सम्प्रदाय, पन्थ, गुरु परम्परा की मर्यादाएं अस्वीकार होंगी, उनके लिए क्या उपाय है ? तो उनके लिए उपाय है प्रार्थना का। प्रार्थना त्रितापहारिणी है।

और अन्त में एक महत्वपूर्ण बात, स्तोत्र मंत्र के विज्ञान में व उनके रोग और उपचार के संबंध में मैंने जो कुछ जाना अनुभव किया, प्रयोग किया वह सब इस पुस्तक व लेख में कह दिया गया है। अब इसके अतिरिक्त हमारे पास कहने जैसा (इस विषय में) कुछ भी नहीं बचा है। इस पुस्तक का (स्तोत्र मंत्र विज्ञान) एक ही उद्देश्य है कि युवा पीढ़ी व विज्ञान में रुचि व अभिमान रखने वाले हमारे ऋषि-मुनियों के विज्ञान के विषय में जानें। हमारे ऋषि-मुनियों के विषय में व पूर्णतः विज्ञान पर आधारित हमारी संस्कृति के विषय में उन्हें आदर अनुभव हो

तथा बढ़े । हमारे पास कई फोन तथा पत्र भी आये, उसके विषय में उन्हें धन्यवाद और उनका आभार । जिन्हें इस पुस्तक का व लेख का अच्छा अनुभव होगा, वे दूसरों को बताएं, प्रयोग करें, कुछ अलग प्रकार के प्रयोग किए तो हमें जानकारी देने का कष्ट करे जिससे हम सब मिलके ऋषिमुनीयो की प्रार्थना सार्थक करें, जिसमें उन्होंने कहा है :-

सर्वेत्रः सुखिनः सन्तु । सर्वे सन्तु निरामया ।
सर्वे भद्राणि पश्यन्तु । मा कश्चित् दुःखमाप्नुयात् ।।

....

स्तोत्र मंत्र शक्ति के चमत्कार

मेरे व्दारा पहले पढ़े हुए और बाद में अनुभव किए गए दो प्रसंग । उस समय हम गृहस्थाश्रम में थे । पुणे की एक बड़ी कम्पनी में मुख्य रसायनज्ञ जैसे बड़े पद पर सेवारत थे । बचपन से ही मुझे पढ़ने का शौक था, जो अब तक जारी है । (वाचन, विषयवस्तु, में थोड़ा परिवर्तन हुआ इतना ही) उस समय (1975 के लगभग) पुणे से प्रकाशित प्रसाद मासिक पत्रिका में यह प्रसंग दिया होगा अथवा स.कृ. देवधर लिखित ॐ किमया' व 'गायत्री मंत्र विज्ञान' इन दोनों में से किसी एक पुस्तक में लेखक ने इस प्रसंग का उल्लेख किया है । अध्यात्म के जिज्ञासु पाठकों ने दोनों को अवश्य पढ़ना चाहिए । इनमें मुद्रित प्रसंग है :-

वासुदेवानंद सरस्वती (उर्फ टेंबे स्वामी) का नाम महाराष्ट्र में आध्यात्मिक जिज्ञासु साधकों को अधिकतर ज्ञात होगा ही । एक बार उन्हें एक ब्रह्मभोज में सादर निमंत्रित किया गया । उस कार्यक्रम में उपस्थित ब्रह्मवृंद कुछ न कुछ कार्य कर रहा था । यह देखकर स्वामी जी ने हँसते हुए कहा - "अरे, आप लोगों में से प्रत्येक व्यक्ति किसी न किसी काम में व्यस्त है, मैं अकेला बिना काम का बैठा हूँ, मुझे भी कुछ काम दो ।" सभी विचार में पड़ गए । हम इतने बड़े संत पुरुष, महायोगी एवं अत्यन्त आदर से निमंत्रित दण्डी स्वामी को क्या काम बताएंगे और क्या वह उचित होगा ? अन्त में एक व्यक्ति ने एक युक्ति सुझाई । उसने उनके सामने चन्दन का एक टुकड़ा और चंदन घिसने का एक पत्थर रख दिया ताकि वे चंदन घिस सकें । कुछ समय पूर्व तक महाराष्ट्र में यह प्रथा प्रचलित थी कि भोजन हेतु पंक्ति में बैठते ही यजमान सभी के भाल पर गंध लगाते थे । स्वामी जी ने चंदन घिसकर रख दिया । पंगत बैठी, यजमान ने चंदन का गंध लिया । पंगत के प्रथम विप्र के भाल पर चंदन लगाया, वह आह करके उठ खड़ा हुआ, दूसरा, तीसरा और चौथा सभी आह करके उठने लगे और बताने लगे कि ललाट पर जलन होने लगी है । यजमान की अंगुलियां भी जलने लगीं । चंदन तो शीतल होता हैं फिर यह जलन कैसी ? ऐसा क्यों हो रहा है ? सभी विचार में

पड़ गए । आपस में चर्चा शुरू हुई, यह चर्चा स्वामीजी तक पहुंची, वे भी क्षण भर के लिए विचार में डूब गए और कुछ ही देर पश्चात् बोले- 'मुझसे ही गलती हो गई है। चंदन घिसते समय सूर्य के स्तोत्र का पाठ करने लगा था । उसकी ऊष्णता गंध में उतर आई है । हमने इस प्रसंग को पढ़ा तो विचार में पड़ गए। पहले जो मुख्य रसायनज्ञ के पद का उल्लेख किया वह कोई अहंकार अभिव्यक्त करने के लिए नहीं किया, केवल उस समय की हमारी मनःस्थिति ध्यान में लाने के लिए ही किया है । पूर्वजन्म के संस्कार, घर के संस्कार, वाचन और कुछ विशेष प्रकार के व्यक्तियों के सत्संग के कारण हम आस्तिक और श्रध्दालु तो पहले ही थे पर विज्ञान के विद्यार्थी होने के कारण ऐसी बातों में विश्वास करना कठिन जान पड़ता था । स्व. श्री स. कृ. देवधर (लेखक) व प्रसाद के सम्पादक का और हमारा व्यक्तिगत परिचय था । इसलिए भी मन में संशय बना रहता था । संस्कार और इन लोगों का परिचय कहता था- 'विश्वास रख' और विज्ञान शिक्षण कहता था - यह असंभव, अस्वीकार्य है। अतः हमने यह निर्णय किया कि स्वयं ही प्रयोग कर देख लेंगे अथवा स्वयं अनुभव कर देखेंगे । हमने प्रयास कर एक सूर्य स्तोत्र प्राप्त किया । प्रतिदिन स्नानोपरान्त एक पाठ करना आरंभ किया । उसके कुछ ही दिनों बाद गृहस्थाश्रम को त्यागकर संन्यास ग्रहण करने का निश्चय कर आत्मकल्याण के लिए हमने घर छोड़ दिया । गुरु ढूंढने के लिए सम्पूर्ण भारत में पैदल यात्रा की । सूर्य स्तोत्र का पाठ प्रतिदिन जारी रहा । वह प्रतिदिन अनिवार्य क्रियाओं में सम्मिलित हो गया । विशेष यह कि हमने किस उद्देश्य से इस पाठ का प्रयोग आरम्भ किया, उसे ही भूल गए। पैदल भ्रमण करते हुए हम हिमालय पहुँच गए ।

बद्रीनाथ, केदारनाथ, गंगोत्री की यात्रा 1977 में की । अश्विनी नवरात्र के दिन थे। सर्दी बहुत अधिक थी । महाराष्ट्र में कभी इतनी सर्दी अनुभव नहीं हुई। एक रात के विश्राम के लिए त्रिजुगीनारायण के शिखर पर पहुँचे । (शिव-पार्वती विवाह यहां होने की मान्यता है ।) दूसरे दिन पहाड़ पर से उतर कर केदारनाथ के मार्ग पर चलने लगे । रात्रि विश्राम गौरीकुण्ड पर किया । दूसरे दिन प्रातः पूजापाठ पूर्ण कर केदारनाथ का प्रवास शुरू किया । निरन्तर चढ़ाई, बहुत

सर्दी, सुर्यप्रकाश था पर गरमाहट नही थी । उस समय (आज भी) पांवों में कुछ नहीं पहनता था । शरीर पर ठंड से बचने के लिए पर्याप्त कपड़े भी नहीं थे । (स्वेटर वगैरह) आठ-दस किलोमीटर चले कि अचानक आकाश में बादल छा गए । सूर्य बादलों में छिप गया । वर्षा शुरू हो गई फिर भी हम चलते ही रहे । थोड़ी देर में वर्षा के स्थान पर बर्फ गिरने लगी । देखते ही देखते मार्ग में बर्फ ही बर्फ । हम पूरे भीग गए। पांव ठिठुरने लगे, पैरों की अंगुलियां तो बिल्कुल सुन्न हो गई थीं । आगे बढ़ने की शक्ति भी नहीं रही पर चलने के अतिरिक्त कोई विकल्प नहीं था क्योंकि आश्रय के लिए निकट कोई स्थान ही नहीं था । घर-झोपड़ी कहीं कुछ भी नहीं था । किसी भी स्थान पर खड़े रहना संभव ही नहीं था । चलने की भी शक्ति नहीं रही। अचानक हमें सूर्य स्तोत्र की याद आई । हमने मन ही मन सूर्य स्तोत्र का पाठ आरम्भ किया । 2-3 पाठ होते होते पैरों में गर्मी का अनुभव होने लगा । एकदम सुन्न, मृतवत हो गईं अंगुलियां हिलने लगीं । अब तो ऐसी स्थिति हो गई कि जिस बर्फ पर पैर पड़े वह भी पिघलने लगी परन्तु पैरों में सर्दी नहीं लग रही थी । हम सहज ही आनंद विभोर हो गए । चलते हुए केदारनाथ के थोड़े पहले गरुड़ चट्टी नामक स्थान पर साधु-संतों के एक आश्रम में पहुँचे । हमें देखकर साधु-संतों को भी आश्चर्य हुआ । हम उन्हें यह रहस्य कैसे बताएं ? हमने भगवान सूर्यनारायण को वंदन किया, कृतज्ञता व्यक्त कर पाठ बंद किया। प्रयोग हो गया । प्रत्यक्ष अनुभव हो गया । समाधान मिल गया था । अब उस स्तोत्र की व भगवान सूर्यनारायण को कष्ट देने की आवश्यकता नहीं रही ।

स्व.कृ. देवधरजी के उस लेख में स्वामी वासुदेवानंद सरस्वती जी का एक और अनुभव लिखा था । (यह प्रयोग हमने करके नहीं देखा) स्वामीजी उनके शिष्यों के साथ जाते समय रास्ते में एक काला कोबरा नाग कसकर कुण्डली लगाकर रास्ते के बीच बैठा था। उसे देख कर सभी शिष्य घबरा गए । किसी की भी आगे बढ़ने की हिम्मत नहीं हो रही थी । शिष्यों की घबराहट देखकर स्वामी जी हँसे। अपने हाथ के दण्ड से उन्होंने मुख से किसी मंत्र का उच्चारण कर उस नाग के चारों ओर एक वर्तुल बनाया और कहा- अब यह इस वर्तुल से बाहर नहीं आएगा। सभी शिष्यों के साथ स्वामीजी आगे गए । सायंकाल

का समय था । निकट के एक गांव में रात्रिविश्राम किया । प्रातः एक व्यक्ति ने आकर स्वामीजी से कहा- "स्वामीजी महाराज शाम को आपने जिस नाग के चारों ओर वर्तुल किया, नाग अभी भी उसी वर्तुल में बैठा है । कृपया उस बिचारे को मुक्त करिये ।" स्वामीजी के ध्यान में आया और वे बोले - "ओहो । गलती हो गई । मंत्रों से नाग को वर्तुल में बंद तो किया पर मुक्त करना भूल गए ।" तत्काल स्वामी जी वहां गए और अपने उस दण्ड से वर्तुल को हटाया तब ही वह नाग वहां से मुक्त होकर हटा ।

एक बात और मैनें पढ़ी पर उसकी संभावना पर किंचित भी शंका नहीं है । सुशील मुनि नाम के एक महान जैन संत थे । भारत-पाक विभाजन के समय वे पाकिस्तान में थे । उस भयानक काल में चलकर पाकिस्तान से भारत आए । अपने शिष्यों के साथ नवाकार मंत्र जप करते हुए वे सूखपूर्वक भारत पहुँचे। एक गृहस्थ के आग्रह पर वे उसके कारखाने में पधारे । वहां बड़ी-बड़ी मशीनें चल रही थीं । एक बड़ी मशीन के चक्के पर एक बड़ा पट्‌टा काफी दूर एक दूसरे चक्के पर चढ़ा हुआ था । दोनो चक्कों के बीच पट्‌टा बड़े वेग से चल रहा था। ठीक उसी समय एक छोटे बालक का कुर्ता उस पट्‌टे पर लग गया और बालक एक क्षण में उसकी ओर खींचा जाकर आगे बढ़ गया । सभी अचानक घटी इस घटना से घबराकर चिल्लाए । कोई मशीन बंद करने को दौड़ पड़ा । परन्तु मशीन बंद होने पर भी पट्‌टा एकदम रुकने वाला तो था नहीं, कुछ दूर तो चलेगा ही । तत्काल सुशील मुनि ने नवाकार मंत्र बोलते हुए पट्‌टे की तरफ मुंह कर दोनों हाथ ऊपर किये और आश्चर्य, चक्का तत्काल रुक गया । किसी ने भी मशीन बंद नहीं की थी । मुनिश्री ने शीघ्र बालक को बाहर खिंचवाया और हाथ नीचे किये कि चक्का अपने आप पूर्ववत घूमने लगा ।

उपर्युक्त इन दोनों प्रयोगों की तुलना में हमारे व्दारा किये गये दो प्रयोग बहुत सामान्य हैं । परन्तु खास कर विद्यार्थियों के लिए उपयोगी हैं । इसलिए कहता हूं । यह बात 1999 की है । हमारे आश्रम से संबंधित परिवार की एक लड़की कक्षा 12 में विज्ञान में 5 बार अनुत्तीर्ण हुई । वह आश्रम में हमसे मिली । उस समय वह बहुत रोई और बोली - "स्वामीजी मुझे लगता है कि मैं इस जन्म में

कक्षा 12वीं कभी उत्तीर्ण नहीं कर सकूंगी और न आगे की पढ़ाई भी कर पाऊँगी" वह बहुत निराश हो गई थी। हमने उसे धीरज बंधाते हुए कहा- "हम जो बता रहे हैं वैसा करने की तैयारी हो तो तू कक्षा 12वीं उत्तीर्ण करेगी, यह हम स्टाम्प पेपर पर लिखकर दे सकते हैं और आगे भी यही प्रयोग करती रही तो बी.एस.सी. भी प्रथम श्रेणी में उत्तीर्ण होगी।" वह बोली- "आप जो आदेश देंगे वह करूंगी।" हमने उसे गणपति अथर्वशीर्ष का पाठ करने को कहा ! (हमने ही उसे पढ़ना सिखाया और शुध्द उच्चारण के लिए एक कैसेट भी दी।) संकष्टी चतुर्थी का व्रत करने व उस दिन गणपति अथर्वशीर्ष के 21 पाठ करने को कहा। उस बालिका ने जनवरी 99 से पाठ शुरू किया। वह मार्च में परीक्षा में उत्तीर्ण हो गई। उसे बहुत प्रसन्नता हुई। अब और श्रध्दा से वह पाठ करने लगी। उसने बी.एस.सी में प्रथमश्रेणी में विशेष योग्यता प्राप्त की। उसने 2004 में द गुजरात यूनिवर्सिटी सूरत से एम.एससी. की परीक्षा दी और केवल 4 अंक की कमी से स्वर्ण पदक प्राप्त नहीं हो सका। इसका कारण भी उसके ससुर और सास थे, उन्होंने फरवरी में उसके विवाह का आग्रह किया और विवाह होने से मार्च और फरवरी में वह पढ़ नहीं पाई तथा अप्रैल में परीक्षा हो गई। इससे स्वर्ण पदक हाथ से निकल गया।

जिस गांव में हमारा आश्रम है, उसी गांव के एक सज्जन गृहस्थ बड़ी श्रध्दा से आश्रम की सेवा करते हैं। 10-12 वर्ष पहले उनकी बहन ने अपने 7-9 वर्ष के बालक को उनके पास भेज दिया। 7-8 वर्ष की उम्र हो जाने पर भी उस बालक को 1,2 और अ, आ, इ, ई भी लिखना नहीं आ रहा था। वे सज्जन चिन्ता में पड़ गए और हमसे पूछा - "स्वामीजी। इस बालक का क्या करेंगे ? हमने उन्हें बताया - "अभी तो केवल इतना ही कीजिये कि सूर्योदय से पहले इसे उठाकर स्नान कर सूर्य को अर्घ्य देने को कहें। सिर के ऊपर से पानी की धार में से ही सूर्य दर्शन करें।" (पूर्व लेख में चर्चा की गई है) प्रयोग आरम्भ हुआ। बालक की बुध्दि में फरक पड़ने लगा। वह सीखने लगा। बाद मे सूर्य के 12 नाम लेकर अर्घ्य देने को कहा, वह वैसा ही करने लगा। बिना अनुतीर्ण हुए वह आगे बढ़ने लगा। कक्षा 7 में तो उसने कमाल ही कर दिया, पूरी कक्षा में प्रथम आया। गत वर्ष उसने कक्षा 10 भी पास कर ली है।

प्रार्थना - त्रितापहारिणी

"प्रार्थना की शक्ति जग की सबसे बड़ी शक्ति है ।" डॉ. कॅरेल एक समय के नास्तिक तार्किक, पूर्णतः बुध्दिवादी डॉक्टर के मुंह से निकले हुए हैं ये दिव्य वचन । श्रध्दा, प्रेम, आस्तिकता से भरे हुए वाक्य सुनकर उनके अधीन मेडिकल का अध्ययन करने वाले विद्यार्थी; भावी डॉक्टर आश्चर्यचकित हो गए और उसके पश्चात् इस वाक्य को उल्टा-सीधा करके उसकी चर्चा वहां की शैक्षणिक संस्थाओं की दीवार लांघ कर पूरे फ्रांस मे फैल गई क्योंकि डॉक्टर केरेल का फ्रांस में बहुत बड़ा नाम तथा दबदबा था । उनके विरोधियों ने और उनसे व्देष रखने वाले ईर्ष्यालु लोगों ने इसका बहुत फायदा उठाया । उन्होंने उनकी आलोचना करते हुए इतना प्रचार किया कि नास्तिक विज्ञानवादियों ने उन पर मतिभ्रम हो जाने का आरोप लगा दिया । अन्त में उन्होंने वहाँ से त्यागपत्र दिया और फ्रांस छोड़ कर अमेरिका चले गए। वहा औषधि विज्ञान व उपचार विज्ञान (चिकित्सा) पर अनुसंधान करने वाली रॉकफेलर संस्था में उच्च पद पर काम किया और वहां भी प्रार्थना तथा रोगोपचार पर अनुसंधान जारी रखा । उनके अत्यन्त कठोर परिश्रम, अनुसंधान व अभ्यास के कारण इंग्लैड, अमेरिका व यूरोप महाव्दीप के अनेक देशों में, अनेक सरकारी सार्वजनिक संस्थाओं में, ट्रस्टों व्दारा संचालित बड़े- बड़े अस्पतालों में, दवाई जितना ही प्रार्थना को महत्व दिया जाता है । इसकी और थोड़ी चर्चा बाद में करेंगे । परन्तु पहले स्वयं नास्तिक, इतने बड़े डॉक्टर ने आरम्भ में ही ऐसा विधान क्यों किया? इसका कारण और उसके संबंध की सत्य घटना जान लें । हमने आरम्भ में ही बता दिया था कि उस काल में (सन् 1900 के लगभग) फ्रांस में डॉक्टर अॅलेक्सीस कॅरेल का बहुत बड़ा नाम था उनका एक रोगी बहुत धनी परन्तु अनेक रोगों से पीड़ित था, मुख्यतः क्षय रोग से । ध्यान दीजिये यह उस समय की बात हैं जिस समय क्षयरोग पर परिणामकारक दवा का अनुसंधान नहीं हुआ था । उस धनी की तबीयत दिन-प्रतिदिन खराब होती जा रही थी । किसी दवा का कोई फायदा नही हो रहा था।

एक दिन वह रोगी डॉक्टर से बोला - "डॉक्टर साहब, मैंने ऐसा सुना है कि अपने देश में दक्षिण में पिरनीज पहाड़ की गोद में लूर्द नाम का गांव है, वह तीर्थ स्थान है । वहां एक झरना बहता है. वहीं एक सेवाभावी संस्था भी है । वहां जो कोई रोगी जाता है उस सेवाभावी संस्था के सभी कर्मचारी उसके लिए मन से प्रार्थना करते हैं और फिर उस झरने में स्नान करने के लिए कहते हैं, इससे वह रोगी निरोगी हो जाता है । मुझे वहां जाना है और आपको मेरे साथ चलना पड़ेगा ।" डॉक्टर केरेल का तो वास्तव में ऐसी बातों पर विश्वास था ही नहीं इसलिए उन्होंने स्वयं जाने से मना कर दिया । इसके विपरीत उन्होंने उस रोगी को समझाने का प्रयास किया कि ये सभी अर्थहीन व अन्धविश्वास की बातें हैं । वहां जाने से कोई भी लाभ नहीं होगा बल्कि इतने दूर प्रवास से आपका स्वास्थ्य और भी अधिक खराब हो जाएगा । फिर भी उस रोगी ने पूछा- "डॉक्टर, अब तक आपने मुझ पर जितनी दवाओं का प्रयोग किया, क्या उससे मेरे स्वास्थ्य पर कोई अनुकूल प्रभाव पड़ा है?" डॉक्टर ने कहा - "नहीं ।" "क्या और किसी दवा का उपचार बाकी है ?" डॉक्टर बोले - "नहीं, अब ऐसी कोई दवा मेरे पास नहीं है जो तुम्हें दी जा सके ।" फिर यह प्रयोग करके देखने में क्या हर्ज है । आपके पास अब कोई चिकित्सा शेष नहीं है तथा कोई लाभ भी नहीं हुआ, मैं तो ऐसे ही मरने वाला हू फिर एक बार वहां जाकर आने में क्या हर्ज है ? आपको मेरे साथ केवल इसलिए आना है कि रास्ते में कहीं मेरा स्वास्थ्य अधिक खराब हो जाए तो आप मेरा उपचार कर सकें । अच्छा, आने-जाने का खर्च, मेरे कारण इतने दिन काम पर न जा पाने, व्यवसाय नहीं कर पाने से आपको जितना भी आर्थिक नुकसान होगा, मैं उसकी भरपाई कर दूंगा । अब मेरे साथ आने से इन्कार मत करना । अन्त में डॉक्टर तैयार हो गए। वहां जाने पर डॉक्टर केरेल ने स्वयं व वहां पर कार्यरत अन्तर्राष्ट्रीय मेडिकल संस्था के विव्दान तथा अनुभवी डॉक्टरों ने फिर उनकी शारीरिक जाँच की । डॉक्टरों ने सलाह दी कि दोनों फेफड़ों के नीचे घाव होकर वे टी.बी. में व्याप्त हो गए हैं । असाध्य स्थिति है । रोगी कुछ दिनों का नहीं अपितु कुछ घण्टों का मेहमान है ।किस क्षण प्राण ज्योति बुझ जाए, कह नहीं सकते । डॉक्टरों की इस सलाह से वहां कार्यरत सभी कर्मचारी एकत्र हुए।

उन्होंने रोगी के लिए मनःपूर्वक भगवान से प्रार्थना की और तदनन्तर झरने में स्नान करने के लिए उतरने को कहा। डॉक्टर केरेल भी पानी में उतरे। हाथ-पांव धोए। पानी इतना ठण्डा था कि डॉक्टर केरेल को विश्वास हो गया कि इस परिस्थिति में रोगी पानी में इस अवस्था में उतरा है तो उसका शव ही बाहर आएगा। उन्होंने उसे फिर समझाने का प्रयत्न किया परन्तु रोगी नहीं माना और पानी में उतरकर कुछ समय तक डुबकियां लगा कर जब बाहर आया तो उसके शरीर में स्फूर्ति थी। उसे इस प्रकार बाहर आया हुआ देखकर डॉक्टर आश्चर्यचकित हो गए। फिर तो कुछ दिन डॉक्टर वहीं रहे। उनका रोगी स्वस्थ होने लगा, डॉक्टर को बहुत आश्चर्य हुआ, पर उनका बुध्दिजीवी वैज्ञानिक मन इस आश्चर्य को स्वीकार नहीं कर पा रहा था। उन्हें लगा इस झरने के पानी में कुछ तो भी औषधीय गुण होने चाहिए। उन्होंने सोचा कि इस पानी का ठीक से अनुसंधान करके देखना चाहिए। इसमें रोग निवारण की अद्भुत औषधि का समन्वय लगता है। वह स्वयं से बुदबुदाए और पानी का नमूना लेकर अपने मेडिकल कॉलेज में वापस आ गए. कई प्रयोग किये परन्तु निष्कर्ष यही निकला कि कोई निरोगी मनुष्य भी इस पानी में स्नान करने के लिए उतरे तो रोगी होकर ही बाहर आएगा। इतना दूषित पानी पर प्रत्यक्ष में उनकी वैज्ञानिक मान्यता के विरुध्द सब कुछ घटित हो रहा था। उन्होंने वहां यह भी देखा कि दिनभर में एक प्याला पानी प्रत्येक व्यक्ति पी रहा था। डॉक्टर केरेल की वैज्ञानिक बुध्दि को, वैद्यक ज्ञान को अन्त में हार माननी पड़ी और उनके मुख से आरम्भ में दिया गया वाक्य बाहर निकला- ''प्रार्थना की शक्ति संसार में सबसे बड़ी शक्ति है।'' उनके इस विधान के कारण उन्हें मेडिकल कॉलेज से निकाल दिया गया। उनकी नौकरी चली गई। वे अमेरिका में आए। रॉक फेलर संस्था में नौकरी स्वीकार की और उन्हें मेडिकल के क्षेत्र में किए गए अनुसंधान के लिए नोबेल पुरस्कार भी मिला। प्रार्थना की शक्ति पर उनकी अटूट श्रद्धा हो गई। वैद्यकीय क्षेत्र में इस पर उन्होंने अनेक प्रयोग किये। उन्हीं के प्रयत्न से अमेरिका और इंग्लैड में अनेक सरकारी व संस्थाओं के अस्पतालों में नियम से रोगियों के लिंए प्रातःकाल व सायंकाल प्रार्थना होने लगी। अभी भी हो रही है। पादरी, डॉक्टर्स, नर्सेस व अन्य कर्मचारी

रोगी व रोगी के संबंधी सभी उसमें सहभागी होते हैं और उसका उत्तम परिणाम रोगी पर होता है । वह रोगमुक्त होता है ।

अमेरिका में एक प्रार्थना प्रेमी संत पुरुष फिल्मोर और उनकी पत्नी श्रीमती मार्टिल फिल्मोर । जीवन के मध्य काल तक उनका जीवन सर्वसामान्य मध्यमवर्गीय परिवार की तरह बीता । श्री फिल्मोर एक व्यावसायिक व्यक्ति थे। शरीर से विकलांग व रोगग्रस्त, आर्थिक कठिनाइयां और मानसिक अशान्ति, उनकी धर्मपत्नी मार्टिन तो सदा ही बीमार रहतीं । दवा से ठीक नहीं होते हुए भी उसका डॉक्टरों पर पूरा विश्वास था । उसने अनेक डॉक्टर बदले और उनके कहने के अनुसार दवा बदलती परन्तु स्वास्थ्य ठीक नहीं हो रहा था । एक बार वे दोनों उनके एक मित्र के आग्रह से एक आध्यात्मिक पुरुष के प्रवचन को सुनने गए। श्री फिल्मोर प्रवचन सुनकर 'जैसे थे वैसे ही वापस आए' परन्तु श्रीमती मार्टिल फिल्मोर के मन में प्रवचन का एक वाक्य अंकित हो गया, हृदय में बैठ गया वह बार-बार उस वाक्य पर विचार करने लगी। उसकी विचारधारा बदल गई । नकारात्मक विचारों के स्थान पर वह सकारात्मक विचार करने लगी । दवा की बजाय प्रार्थना पर जोर देने लगी । चिन्तन, मनन व प्रार्थना से उसकी तबीयत सुधरने लगी । उसने उसके पड़ोस में रहने वाले श्री केस्के जो स्वयं विकलांग थे, डाक्टरों ने कहा था कि वे उम्र भर कभी चल नहीं सकेंगे, सदा ही व्हील चेयर पर ही चलना पड़ेगा, उन्हें उसने वे वाक्य बताए। उस पर चिन्तन करने के लिए तथा श्रध्दापूर्वक प्रार्थना करने के लिए कहा व सकारात्मक विचार करने के लिए भी कहा । कैस्के की तबीयत सुधरने लगीं, वे धीरे-धीरे स्वस्थ होने लगे । एक दिन स्वयं के पैरों पर खड़े होकर चलने भी लगे. यह सब आंखों से देखने व अनुभव करने वाले फिल्मोर भी बदल गए । उनके जीवन में भी प्रार्थना ने महत्वपूर्ण स्थान प्राप्त कर लिया । इतना ही नहीं उनका संपूर्ण जीवन प्रार्थनामय हो गया व वे दूसरों को भी धैर्य दे कर मार्गदर्शन करने लगे । उनके लिए भी प्रार्थना करने लगे । उनके सम्पर्क में आने वाले लोग शारीरिक और मानसिक दृष्टि से निरोगी होने लगे, प्रसन्न और शान्त होने लगे, उनके जीवन में परिवर्तन लाने वाला वह वाक्य क्या था -

"I am child of god and therefore I do not inherit sicknes" (मै ईश्वर की संतान हूं इसलिए मुझमें कोई भी रोग नहीं ।) फिल्मोर कहते थे ईश्वर सम्पूर्ण सद्गुणों की खान है । ईश्वर अनन्त शक्ति, साहस, अव्दितीय सौन्दर्य तथा स्वास्थ्य के प्रतीक हैं और मैं उन्हीं की सन्तान होने के कारण इन सभी गुणों पर मेरा अधिकार है । मैं उनके इन सभी गुणों का वारिस हूँ फिर भी हम रोगी, दुःखी, सौन्दर्यहीन, उदास रहे तो उसका अर्थ इतना ही है कि ईश्वर से प्राप्त अपना संबंध खो कर बैठे हैं । जिनको ऐसा लगता है कि प्रार्थना से कुछ भी नहीं होगा, बहुतों को ऐसा अनुभव होगा कि उनके व्दारा की गई प्रार्थना का उपयोग हुआ ही नहीं, वे बेकार गईं। इस सन्दर्भ में श्री फिल्मोर सुन्दर उत्तर देते हैं वे कहते हैं - "The purpose of prayer is to change yourself to change your thinking. God does not change. His will is always only good. All that keeps you away from your good is your failure to unify yourself in thought with the source of all good, God." (प्रार्थना का अर्थ तुम्हारी चिन्तन पध्दति में परिवर्तन करना है । अपनेआप में परिवर्तन लाना है. ईश्वर में कोई परिवर्तन नहीं होगा क्योंकि वह सदैव ही अच्छा, करुनामय व मंगलमय है. फिर भी आप उससे दूर क्यों हैं? क्योंकि आप अपने चिन्तन में, विचार विनिमय में, सर्वमंगल शुभकल्याणकारी ईश्वर से एकात्मकता साधने में असफल होते हैं । हम उस ईश्वरीय सत्ता से एकरूप होने का प्रयत्न नहीं करते । विभक्त, दूर व अलिप्त रहते हैं इसलिए ।) फिल्मोर दम्पत्ति ने दूसरों के लिए प्रार्थना केन्द्र खोला । अनेकों ने उसका लाभ उठाया । ऐसे ही एक प्रार्थना प्रेमी संत जार्ज मुलर एक अनाथाश्रम चलाते थे । उस अनाथाश्रम में एक दिन एक बड़ा गम्भीर प्रश्न आया । रसोई के प्रभारी आचार्य ने सुबह आकर बताया कि आज बालकों के खाने के लिए अपने पास कुछ भी नहीं है। किसी भी प्रकार का अनाज, सब्जी कुछ भी बाकी नहीं है, भोजन कैसे बनाऊं, बच्चों को क्या खाने को दूं ? जार्ज मूलर ने उससे कहा- बालक छोटे-छोटे हैं. उन्हें इस बारे में कुछ भी मत बताना । वे बहुत दुःखी हो जाएंगे, घबरा जाएंगे, शोर मचाएंगे । शान्त रहो, ईश वर कृपा से सब ठीक हो जाएगा । रसोई नहीं बने तो भी भोजन के पहले घण्टी

प्रतिदिन की तरह ही बजाये । बालकों को भोजन के लिए आसन पर बैठने दें, ईश्वर अपने इन बालकों को निराश नहीं करेगा, इसका मुझे विश्वास है । प्रतिदिन की तरह भोजन की घण्टी बजी । बालक दौड़ कर आए और थाली-चम्मच लेकर बेन्च पर भोजन के लिए बैठे । मुलर भी स्वयं वहा आए और बालकों से कहा, ''हम प्रतिदिन थाली में भोजन आने के पश्चात प्रार्थना करते हैं, फिर भोजन शुरू करते हैं । आज हम ऐसा करें कि थाली में भोजन परोसने के पहले ही प्रार्थना करें । बालकों ने आंखें बन्द कीं । प्रार्थना की शुरुआत हुई । रसोई बनानेवाले और कर्मचारी प्रार्थना में सम्मिलित हुए । जार्ज मूलर ईश्वर से करुणापूर्वक प्रार्थना करने लगे - हे प्रभो, छोटे-छोटे इन अनाथ बालकों को भोजन की थाली से क्या ऐसे ही भूखे पेट उठाएगा ? और ठीक उसी समय बाहर एक ट्रक आकर खड़ा हुआ, कुछ कर्मचारी अन्दर आए और उन्होंने कहा- आज हमारे सेठजी के यहाँ बड़े भोज का कार्यक्रम था पर कुछ कारणों से उसे रद्द करना पड़ा । रसोई तो तैयार हो चुकी थी अतः उसका क्या करें इसकी सबको चिन्ता हो रही थी । इतने में सेठजी के मन में एक प्रेरणा आई और उन्होंने अचानक कहा कि यह सारी रसोई श्री मूलर की तरफ पहुंचा दो । खाली थाली से भूखे पेट उठने की जगह उन बालकों को मिष्ठान्न मिला और वे तृप्त होकर उठे ।

डेल कार्नेजी अमेरिका के ख्यातनाम लेखक, विचारवान व आध्यात्मिक पुरुष थे। उनकी लिखी हुई एक पुस्तक में एक सत्य घटना दी हुई है । एक गरीब परिवार, आर्थिक दृष्टि से अत्यन्त विपन्न अवस्था में था, जिससे उनके बच्चों को भी कई बार उपवास करना पड़ता था, यह उनकी माँ को सहन नहीं होता था । इसमें भी गरीबों को अपने सम्बन्धियों और समाज की तरफ से मिलनेवाली उपेक्षा व अपमानास्पद व्यवहार से दुख की तीव्रता और बढ़ जाती थी । एक बार ऐसा ही एक प्रसंग घटित हुआ । उससे अत्यन्त दुखी होकर गरीब माँ ने बालकों सहित आत्महत्या का दृढ़ निश्चय किया । रात को उसने सब दरवाजे-खिडकियाँ बन्द कीं, किवाड़ों की दरारों में कागज आदि फंसा कर बन्द किया, गैस चालू की जिससे गैस से कुछ समय में सभी दम घुट कर मर जाएंगे, गैस का रिसाव होना शुरू हो गया । गन्ध आ रही थी । ये सब करते समय शाम के समय चालू किया

गया रेडियो वह बन्द करना भूल गई । रेडियो से आवाज आ रही थी जिसमें अचानक एक भजन शुरू हो गया । उस भजन की ओर उसका मन आकर्षित हुआ। वह कान लगा कर सुनने लगी । उस अंग्रेजी प्रार्थना के भजन का अर्थ ऐसा था, "ईश्वर अपना कितना उत्तम सखा है, मित्र है । हमारे सारे पाप व दुख वह स्वयं झेलता है । उसका हम पर कितना उपकार और प्रेम है कि हम अपने सभी दुख व कष्ट उसे बता सकते हैं और फिर भी हम अनुपम शान्ति को खो बैठते हैं व दुख, कष्ट झेलते रहते हैं । केवल इतने से ही हम अपने मनोगत भाव प्रभु चरणों में निवेदन नहीं कर सकते । उसकी प्रार्थना नहीं करते । प्रार्थना सुनते-सुनते उस मां का हृदय भर आया । आँखों में से अश्रुधारा बहने लगी । मै कितनी भयंकर भूल, कितना बड़ा पाप और अपराध कर रही थी, इसका उसे भान हो गया । वह उठी, जल्दी से गैस को बन्द किया । खिड़कियाँ, दरवाजे खोले । पश्चाताप से दग्ध हृदय से ईश्वर से क्षमा माँगने लगी । तन्मय हो कर प्रार्थना करने लगी । दूसरे दिन से ही अपने पास क्या नहीं है ? इसकी चिन्ता व दुख करने की बजाय, क्या है इसका चिन्तन कर आनन्द तथा समाधान मान कर ईश्वर का आभार मानने लगी । हृदयपूर्वक प्रार्थना करती गई । धीरे-धीरे परिस्थिति सुधरने लगी और सभी प्रकार से सुखी हो गई ।

प्रार्थना की शक्ति के, सामर्थ्य के, अद्‌भुत चमत्कारों के, सैकड़ों नहीं हजारों उदाहरण दिये जा सकते हैं । सुप्रसिध्द अंग्रेजी कवि अलफ्रेड लॉर्ड टनिसन ने कहा है, कि प्रार्थना से जो चमत्कार हो सकते है उसकी हम कल्पना भी नहीं कर सकते । वहां तक कल्पना की किरण भी नहीं जा सकती । प्रार्थना की अमोघ व असीम शक्ति के विषय में ऊपर दिए गए तीनों ही उदाहरण फ्रांस, अमेरिका के हैं. ये उदाहरण विशेष तौर से दिए गए क्योंकि हमारे अंग्रेजी विद्या विभूषित तथाकथित विव्दान, स्वयं को विज्ञानवादी (विज्ञान का कोई ज्ञान न रखने वाले) कहलाने वाले कुछ बुध्दिजीवीयों को भारतीय घटनाएं अफवाह, कपोल-कल्पित अथवा अन्धश्रध्दा का प्रसार लगता है अन्यथा वैदिक काल से आज तक (Even today) इस देश में हजारों नहीं, लाखों घटनाएं घटित हो रही हैं । गजेन्द्रमोक्ष स्तोत्र से लेकर शंकराचार्यजी ने जिस परिस्थिति में अन्नपूर्णा

स्तोत्र पढ़ कर 18 विश्व दरिद्रता में डूबी हुई घर की स्वामिनी वृध्दा के घर में सुवर्ण आंवलों की वर्षा कराई । ऐसी कितनी ही घटनाएं बताई जा सकती हैं । दूसरों की जाने दें, हमने अनुभव की हुई, जानी हुई, हमारे परिचय के लोगों के जीवन में घटित दो घटनाएं अभी-अभी घटित हुईं, उनके बारे में बताते है । हम एक छोटे से गांव मे कुटिया बना कर रह रहे हैं । वहाँ देना बैंक की शाखा है । बैंक के शाखा मैनेजर हमारे अच्छे परिचित हैं । वे एक दिन हमारे आश्रम में आ कर बोले - ''स्वामीजी मुझे आपकी थोड़ी सी मदद व मार्गदर्शन की जरूरत है । ''हमने कहा - कहो. इस पर वे बोले - ''मुझे दस से पन्द्रह हजार रुपये तक की रकम खर्च कर अन्न और धान्य के रूप में आश्रम को दान देनी है । कहाँ-कहाँ देना योग्य होगा ? किस अन्न क्षेत्र को दूँ ? कहाँ देने से उसका सदुपयोग होगा ? और इसके लिए पहले इसके पीछे का कारण बताता हूं ? गत पन्द्रह दिन से मेरी पत्नी का पेट बहुत दुख रहा था । आरंम्भ में एक साधारण से डॉक्टर से दवा ली लेकिन कोई उपयोग नहीं हुआ इसलिए एक सर्जन के पास पहुंचे । उन्होंने सोनोग्राफी की और निदान किया कि पेट में छोटी आत में एक पेंच पड़ गया है इसलिए अन्न आगे नहीं सरकता । दोनों आंतों के कार्य रुक गए हैं और इसलिए तुम्हारी पत्नी को खाया हुआ पचता नहीं अथवा खाने की इच्छा भी नहीं होती । उन्होंने तीन दिन की दवा दी और कहा, लाभ हुआ तो ठीक नही तो ऑपरेशन करना पड़ेगा । चौथे दिन डॉक्टरों ने भर्ती कर लिया । आवश्यक सभी जांच करने के बाद कहा कि कल सुबह 7 बजे ऑपरेशन करेंगे । रात के दस बजे के बाद पानी भी मत देना । रात में मैं पत्नी के सिरहाने बैठा रहा । हम दोनों को ऑपरेशन का बहुत डर लग रहा था । पर लाइलाज था उस रात मैं और मेरी पत्नी रात भर जागते रहे । मां भगवती से प्रार्थना करते रहे । प्रार्थना करते-करते मेरे मन में एक विचार आया। मैने माँ अम्बा से कहा - ''हे, मां भगवती तू कृपा कर, करुणा कर । ऑपरेशन के बिना स्वस्थ कर । यह स्वस्थ हो गई व ऑपरेशन की नौबत नहीं आई तो इस ऑपरेशन में जितना खर्च होगा व पैसे बचेंगे उतने सारे पैसे मैं अलग-अलग आश्रमों में, जहाँ तुम्हारी सेवा पूजा होती है, वहां वर्ष भर के अन्न दान स्वरूप में पहुँचा दूंगा ।'' हम दोनों प्रार्थना कर रहे थे ।

आंखों से अश्रुधारा बह रही थी और अचानक सुबह पांच बजे मेरी पत्नी मुझसे बोली- "मुझे बहुत भूख लगी है। चाय बिस्किट नहीं तो कुछ भी खाने के लिए दीजिये।" यह सुनकर मुझे आश्चर्य हुआ क्योंकि गत आठ-दस दिनों की कालावधि में पहली बार ही उसके मुंह से ये शब्द निकले कि मुझे भूख लगी है। मुझे डॉक्टर का कहा हुआ याद आया कि इसे दस बजे के बाद पानी भी नहीं देना है। मैंने पत्नी से कहा कि अभी तो सुबह के पांच बजे हैं। ऑपरेशन के लिए केवल दो घण्टे की देर है। उसे समझाया। इस पर उसने कहा कि मुझे बहुत ही भूख और प्यास लगी है। ऑपरेशन कल कराएंगे पर अभी तो मुझे कुछ खाने को दो। उसकी जिद से मैं अस्पताल के बाहर गया। घर न जाकर पास के ही एक होटल में से चाय-बिस्किट ला कर दिया. ठीक सात बजे डाक्टर अस्पताल में आ गए। उन्होंने आते ही नर्स से कहा कि रोगी को ऑपरेशन थियेटर में लाइए। एनेस्थेशिया देने वाले डॉक्टर भी पहुंच गए। मैंने डरते-डरते डॉक्टर से सारा वृतान्त कहा। सुनकर डॉक्टर बहुत क्रोधित हुए, बहुत चिढ़ गए, बोले- "तुम बैंक में मैनेजर, इतने पढ़े-लिखे हो, .इतने जिम्मेदार व्यक्ति हो, तुम्हें इतनी साधारण सूचना का पालन करना भी नहीं आया। मैंने बाहर से मदद के लिए डॉक्टर भी बुला लिया, सारी तैयारी कर रखी है। "इतने में मेरी पत्नी बिस्तर पर से उठकर चलकर आई और डॉक्टर से कहा - डॉक्टर साहब क्रोध मत करिये, क्षमा करिये, मुझसे भूख-प्यास सहन नहीं होने के कारण ही मैंने इन्हें आग्रह किया। डॉक्टर को मेरी पत्नी की आवाज, उसमें पड़ा फर्क तथा उसे स्वयं चलकर आता हुआ देखकर अलग ही शंका हुई। उन्होंने पत्नी के पेट की फिर से सोनोग्राफी की, वे आश्चर्य में पड़ गए। आंतों में पड़ा हुआ पेंच खुलकर पूर्ववत हो गया था। मां भगवती ने हमारी प्रार्थना सुन ली थी।

दूसरी घटना ढाई वर्ष पहले की एक गरीब आदिवासी की है। ढाई वर्ष पहले (मई 2005) उसकी पत्नी का पेट बहुत दुखने लगा। आदिवासी और गरीब होने के कारण आरम्भ में गांव के डॉक्टर से दवा ली फिर भगत, मंत्र-तंत्र, गण्डा, ताबीज, डोरा में समय नष्ट किया फिर एक बड़े डॉक्टर के पास ले गए। तब तक पेट का आकार काफी बढ़ चुका था। डॉक्टर ने कहा कि पेट में गांठ है और दूसरे

डॉक्टर के पास भेज दिया। जांच के बाद निष्कर्ष निकला कि गांठ काफी बड़ी है और कैंसर की ही है। पति-पत्नी बहुत घबरा गए। आश्रम में आए। हमने उन्हें मुनि-सेवा आश्रम मु.पो. गोरज, तहसील - वाघेडिया जिला - बडोदा बागोड़ियात्र जिला बड़ौदा में अत्यन्त आधुनिक कैंसर हॉस्पिटल है, वहां हमारे परिचय वाले के पास भेजा। फिर वहां सारी जांच हुई और कैंसर का ही निदान हुआ। Third Plus stage आ गई थी। मतलब रोगी के जिंदा रहने की आशा कुछ भी नही थी। ऑपरेशन और उसके पश्चात इन्जेक्शन, रेडियेशन वगैरह का सारा खर्च पचास हजार रुपये तक पहुंचना था। वे वापस आ गए फिर हमारे पूर्व के परिचित एम.डी. फिजिशियन से चर्चा की गई। उन्होंने कहा - "स्वामी जी, एक डॉक्टर होने से हमारे पेशे के अनुरूप मैं भी यही सलाह दूंगा कि ऑपरेशन करे परन्तु आपका हमारा मित्रता का संबंध और श्रध्दा, प्रेम संबंध के कारण तथा इतना सारा खर्च आप आश्रम की तरफ से करने वाले हैं इसलिए कहता हू कि ऑपरेशन करने में कोई अर्थ नहीं है क्योंकि कैंसर तीसरी श्रेणी पर पहुंच गया है। चिकित्सा की दृष्टि से ज्यादा आशा नहीं है। ऑपरेशन किया अथवा नहीं किया तो भी रोगी ज्यादा से ज्यादा छः महीने तक जीवित रहेगा। सारा खर्च बेकार जाएगा। विचार करिए। हमने उत्तर दिया- "डॉक्टर साहब हमारी दृष्टि में Doctor is pleader between God & patient. He is not a judge. डॉक्टर तो ईश्वर व रोगी के बीच वकील का काम करता है, अपना केस लड़ता है परन्तु वो स्वयं न्यायाधीश नहीं है। न्यायाधीश तो स्वयं ईश्वर, केस का निर्णय देने वाला है। यह सुनकर डॉक्टर हंसने लगे और बोले आपका कहना सही है। फिर हम बोले - पैसे खर्च होंगे, व्यर्थ जाएंगे कि उपयोग होगा, इसका विचार हम नहीं करते। आपकी दृष्टि से रोगी के सन्दर्भ में यह खर्च कदापि निरर्थक होगा। परन्तु हम यह खर्च उसके लिए कर रहे हैं, उससे भी अधिक उसके पति के लिए, उस गरीब आदिवासी के लिए कर रहे हैं। इसलिए कि उसको उम्र भर यह कांटा न चुभता रहे, चुभन न रहे कि मेरे पास पैसे नहीं थे इसलिए उपचार नहीं हुआ और इसलिए उसकी पत्नी मर गई। उम्र भर उसके मन को यह सलता रहेगा। एक बार सारा खर्च और उपचार करके भी दुर्भाग्य से उसकी पत्नी नहीं बच सकी, तो भी

उसको कम से कम उम्र भर शांति तो रहेगी। डॉक्टर भी इस संवाद से गदगद हो गए। हमने आगे कहा- हमारा आश्रम छोटा सा है। हमारे पास पचास हजार रुपये हैं ही नहीं। पर आश्रम के सम्पर्क में जो लोग हैं उन सबको हम बुलाएंगे। वे यथाशक्ति जो सहायता कर सकेंगे, उनकी आर्थिक मदद इस दंपति के लिए सद्भावना, सबकी मनःपूर्वक प्रार्थना से हमें विश्वास है कि हमारी प्रार्थना को यश मिलेगा, उस महिला का ऑपरेशन हुआ। बाद में बहुत महंगे इन्जेक्शन का कोर्स हुआ। धीरे-धीरे वह स्वस्थ हो गई। चिकित्सा शास्त्र झूठा साबित हुआ। आज इस बात को ढाई वर्ष से अधिक समय बीत गया, वह महिला इतनी स्वस्थ है कि कोई यह नहीं कह सकता कि पहले इसे कैंसर था।

लगभग 25 वर्ष पूर्व हम बिहार के एक छोटे गांव में (हमारे गुरु महाराज का जन्म स्थान) कुटिया बनाकर साधना कर रहे थे। वहां गरीब कुम्हार परिवार का एक युवक, जिसे मिरगी के दौरे पड़ते थे। उसे दौरे के कारण गार्डीनल की एक गोली दी जाती थी। वह प्रतिदिन नियमित लेनी होती है। एक बार घर में कुछ वाद-विवाद के कारण, अनबन के कारण उस युवक ने दो-तीन दिन गोली ली ही नहीं। तीसरे या चौथे दिन उसे मिरगी का जोरदार अटैक हुआ और वह बेहोश हो गया। लोग उठाकर उसे उसके घर ले गये, गांव में से डॉक्टर को बुलाया। दुर्भाय से भारत की केन्द्र सरकार तथा राज्यसरकार व मेडिकल कौन्सिल किसी को भी कोई चिन्ता नहीं है, इसलिए बोगस, मेडिकल की किसी भी प्रकार की कोई परीक्षा पास किये बिना, केवल किसी डॉक्टर के पास चार-छः महीने कम्पाउण्डर के रूप में काम किया कि तत्काल डॉक्टर का बोर्ड बनाकर प्रैक्टिस शुरू कर देते हैं। छोटे गांवों में नहीं, शहरों में भी ऐसे बोगस, ठग, धूर्त डॉक्टर आज भी अस्पताल खोलकर प्रैक्टिस कर रहे हैं। ऐसे ही एक बोगस डॉक्टर ने इन्जेक्शन लगाया और चल दिया। उस युवक ने आंखें तो नहीं खोलीं परन्तु उसका स्वास्थ्य अधिक बिगड़ गया। युवक अपने मां-बाप का एकमात्र पुत्र था। घर के लोग तो रोने लगे। किसी ने हमें खबर दी, वैसे युवक से हमारे अच्छे संबंध थे। हम तत्काल दौड़कर वहां पहुंचे। वहां पड़े हुए इन्जेक्शन के खोखे को देखा। उसके उपयोग का प्रभाव काल (Date of Expiry) कभी का समाप्त हो चुका था।

उस छोटे गांव के लोगों को क्या पता? परिस्थिति विकट थी इसलिए किराये की जीप लेकर शहर के अस्पताल में ले जाने जैसी परिस्थिति नहीं थी । पड़ोस के गांव से दूसरे डॉक्टर को बुलाया । उसके ध्यान में ये सारी परिस्थिति आ गई। उसने कहा- युवक के होश में आने पर ही मै उपचार कर सकूंगा तथा इसको होश में लाने के लिए मेरे पास कोई दवा नहीं है, बड़े शहर में ले जाइए, सभी लोग निराश हो गए। हमने उस लड़के के मित्रों, गांव के अन्य कई सज्जनों को बुलाया। सबको समझाया। सभी ने श्रध्दापूर्वक मां भगवती की प्रार्थना, पाठ, धुन, मंत्र आरती आदि किया । मनःपूर्वक प्रार्थना की गई । हम युवक के सिरहाने ही बैठे रहे। डॉक्टर का कहना था कि छत्तीस घंटे तक होश नहीं आ सकेगा, वह छत्तीस मिनट में होश में आ गया । उसने आंखें खोलीं । हमारी तरफ देखा, उठकर बैठने का प्रयत्न करने लगा । हमने उसे मना किया। वह धीरे-धीरे स्वस्थ होने लगा, बोलने लगा । प्रार्थना का और नाम स्मरण का चमत्कार व प्रभाव सबने देखा और अनुभव किया ।

ऐसा मत समझिए कि केवल रोग और रोगी के लिए ही प्रार्थना है । प्रार्थना तो सभी क्षेत्रों में उपयोगी है, केवल आपकी श्रध्दा होनी चाहिए । अब एक विलक्षण घटना के बारे में बताता हूँ - घटना केवल दस वर्ष पूर्व घटित हुई । संबंध है एक छोटी सी अबोध बालिका का । उसका नाम - अर्पिता । हम उसे अच्छी तरह पहचानते हैं।इस वर्ष वह ग्याहवीं कक्षा में अध्ययनरत है । अर्थात 10 वर्ष पूर्व वह पहली कक्षा में थी । उस समय की बात विद्यालय की छुट्टियां हो गईं इसलिए वह मां के साथ अपने ननिहाल गई । पहुंचाने के लिए मोटरसाइकिल पर उसके पिता गए। भरुच जिले के छोटे से गांव जाने के लिए ये तीनों (बालिका अर्पिता, उसके माता, पिता मोटरसाइकिल से निकले ।

कुछ ही दूर गए होंगे कि आकाश में बादल छाने लगे, माता-पिता को चिन्ता होने लगी । केवल बरसात में भीगने की ही नहीं क्योंकि उनकी कफ प्रकृति थी बल्कि उस रास्ते पर बहुत गड्ढे थे उनमें यदि बरसात का पानी भर गया तो गड्ढों का अन्दाज नहीं रहेगा, इसलिए उन्होंने अपनी पत्नी और बच्ची से कहा कि ठीक से पकड़कर बैठना, हो सकता है गड्ढे में गाड़ी पड़ जाए तो, अथवा

बरसात हो गई तो क्या करेंगे ? यह सुनकर वह अबोध बालिका बोली- आप कोई चिन्ता न करें। मैं स्वामीजी (उस छोटी बच्ची की जिन स्वामी जी पर श्रध्दा थी) से कहती हूँ, उसका कथन सुनकर मां-बाप हंसे परन्तु थोड़ी ही देर में उन्हें बड़ा आश्चर्य का धक्का लगा । बरसात तो शुरू हो गई परन्तु उनकी मोटरसाइकिल के आगे नहीं, पीछे । मोटरसाइकिल ज्यों-ज्यों आगे बढ़ी त्यों-त्यों पीछे 10 फीट पर बरसात होने लगी । वे आगे, बरसात पीछे-पीछे । 40 किमी. बरसात ने उनका पीछा किया वे आगे, वर्षा 10 फीट पीछे । इन पर पानी की एक बून्द भी नहीं गिरी। ननिहाल पहुंची बालिका ने दूसरे दिन देखा मामा-मामी, नाना-नानी, मां (लड़की के पिताजी वापस चले गए थे) सभी चिन्ता में थे । कोई आपस में बात नहीं कर रहा था । वातावरण गम्भीर, उदास। बालिका से भी कोई बोल नहीं रहा था । उसने दो-तीन बार मामा-मामी, नाना-नानी सबसे पूंछा परन्तु सबका एक ही उत्तर - "चुप बैठ, तू छोटी है अभी तुझे क्या पता !" फिर भी उसने अपनी मां से बार-बार पूछा "तू चुपचाप क्यों है ! घर में सभी गम्भीर क्यों हैं ? अन्त में उसकी मां चिढ़कर बोली, क्यों दिमाग खा रही है ? यह देख आकाश में कितने बादल आए हैं। यदि जोरदार वर्षा हो गई तो मामा के खेत में (लगभग 15 से 20 एकड़ जमीन) चावल की फसल खड़ी है, काटने का समय आ गया है परन्तु मजदूर नहीं मिल रहे हैं।मजदूरों की एक टुकड़ी को तो अग्रिम पैसे भी दे दिये थे. वे मजदूर कल ही आने चाहिए थे । कल भी नहीं और आज भी नहीं आए व कल भी नहीं आएंगे । उन्होनें खबर भेजी है । किसी भी समय वर्षा शुरू हो गई तो मामा का बहुत नुकसान हो जाएगा इसलिए सबको चिन्ता है । तुझे इसमें क्या समझ में आएगा ! तू जा खेलने के लिए । "यह सुनकर वह अबोध बालिका अर्पिता बोली-बस इतना ही ! इसमें क्या बड़ी बात है ! मैं मेरे स्वामीजी से कहती हूं कि मामा के लिए मजदूर भेजिए। उसने शाम को अन्त में जिद करके घर के सभी लोगों को बिठाया । इतनी छोटी सी उम्र में, उसके पास उसके श्रध्देय स्वामी जी का फोटो था, उसने अपने पास का फोटो निकाला और पट्यिा (बाजोट) पर रखा । मां को दीपक, अगरबती लगाने के लिए कहा और फिर उसने आंखें बंद करके हाथ जोड़कर कहा- "स्वामीजी मेरे मामा के खेत के लिए मजदूर भेजिए,

उस बालिका की इस प्रार्थना से सबको बड़ी हैरत हुई लगा, मजाक भी लगी। उसने सबसे कहा-चलो सभी आंखें बंद करके प्रार्थना करो, हाथ जोड़ो। सबने हंसते हुए कौतुक समझ हाथ जोड़े, प्रार्थना की कि नहीं की ये वे ही जानें, परन्तु उस छोटी अबोध बालिका ने मन से प्रार्थना की। किसी देवी-देवता की नहीं, उसके श्रध्देय स्वामीजी की। प्रार्थना सुनने वाला कौन ? प्यार और जिद को पूरी करने वाला कौन ? वह ईश्वरीय सत्ता ही। "सर्व देवम नमस्कारं केशवं प्रतिगच्छति" और एकदम दूसरे दिन सुबह ही सूर्योदय भी होना था, उसके पहले एक बड़ा चमत्कार हुआ, तीन-चार अपरिचित मजदूर, उस गांव के तो नहीं ही थे, परन्तु आसपास के गांवों के भी नहीं थे, वे बालिका के मामा के पास आए और पूछा - क्या आपके खेत में चावल की फसल काटनी है ? मामा ने कहा- "हां, तुम कितने आदमी हो ? कुल मिलाकर हम सत्तर (70) हैं। मजदूरी तय हुई। मामा उन्हें खेत में लेकर गया। सभी मजदूर उपस्थित। देखते-देखते धान काटना शुरू हुआ। आकाश में बादल मंडरा रहे थे पर वर्षा नहीं हो रही थी। कटाई जैसे-जैसे हो रही थी वैसे ही कुछ मजदूर छोटे-छोटे गट्ठर बांधने लगे। शाम होने आई, मजदूरों ने कहा- हम आज ही यह सारा काम पूरा करेंगे, गैस बत्ती की व्यवस्था करिए। व्यवस्था हो गई। रात में भी काम चलता रहा। मामा को और घर के सभी लोगों को आश्चर्य हो रहा था. यद्यपि काम करने का जो समझौता हुआ तब से रात तक काम चलता ही रहा, काम बंद नहीं हुआ। उन्होंने ट्रैक्टर लाने के लिए कहा, ट्रैक्टर घर का ही था। ट्रैक्टर लेकर मामा स्वयं खेत पर गए। बंधे हुए धान के गट्ठरों को ट्रैक्टर में भरकर घर में लाए। साढ़े ग्यारह बज गए, मजदूर मजदूरी लेकर निकल गए। और ठीक उसी वक्त मूसलाधार वर्षा शरू हो गई, मानो वर्षा इस बात की ही प्रतीक्षा कर रही थी। मामा ने भान्जी को प्रेम से हृदय से लगाकर प्यार किया। आंखों में आंसू आ गए. "अर्पिता देवता के लिए कहो या तुम्हारे स्वामीजी के लिए कहो, पर तुम्हारी प्रार्थना सुन ली गई। दूसरे दिन सुबह मोहल्ले के दूसरे किसान मामा के पास आए और मजदूरों के बारे में पूछा। मामा ने कहा- वे अपने गांव के नहीं थे, कहां के थे पता नहीं परन्तु गांव के बाहर कहीं तम्बू लगाकर ठहरे होंगे। गांव की चारों दिशाओं में जांच की गई कहीं

तम्बू नहीं, कोई मजदूर नहीं । कौन थे वे ? कहां से आए ? वो कहां गए एक दिन में ही ? 15 से 20 बीघा खेत में धान की फसल को काटना, बांधना, ट्रैक्टर में भरना, घर लाना, सारा काम होने तक आकाश में बादल मंडराते हुए भी वर्षा न होना, यह सब कैसे हुआ ? अब घर में भान्जी का लाड़-प्यार शुरू हो गया था ।

दूसरी ऐसी ही छोटी अबोध बालिका-प्राजक्ता । खेलने में ही कभी तो उसके पांव में चोट लग गई होगी, यह उसके ध्यान में भी नहीं था । एक दिन अचानक पांव में बहुत दर्द होने लगा । डॉक्टरों ने जांच में उसके पांव के पंजे पर पानी जैसी दिखने वाली एक गांठ बनी हुई देखी । वह गैंगरीन जैसी लगी, विलम्ब न करते हुए शीघ्र सर्जन के पास ले गए। उसने पांव का ऑपरेशन करने की सलाह दी । दूसरे ही दिन पास की तहसील चोपड़ा मे डॉक्टर हरतालकर व डॉक्टर विजय पोतदार के पास गए, उन्होंने भर्ती कर लिया । दूसरे दिन प्राजक्ता को ऑपरेशन थियेटर में ले जाने की तैयारी की गई । मां और मौसी चिन्तातुर हो गए । प्राजक्ता मां से बोली- "मां तू चिन्ता मत कर मै अभी स्वामीजी को (उसकी मां ने जिन्हें अपना गुरु माना रखा था उन्हें) आवाज देकर बुलाती हूं। उसने आंखें बंद कर कहा- "स्वामीजी मेरा अब ऑपरेशन होने वाला है । मुझे और मेरी मां को बहुत डर लग रहा है, आप मेरे पास आओ" । नर्स उसे स्ट्रेचर पर थियेटर में ले गई । माता की आंखें भर आई । प्राजक्ता को अन्दर ऑपरेशन टेबल पर सुलाया । प्राजक्ता ने देखा, स्वामीजी उसके पास खड़े थे , उसके सिर पर हाथ रखकर प्रेम से थपथपाते हुए बोले- "घबरा मत मैं यहीं खड़ा रहूंगा जब तक तेरा ऑपरेशन नहीं हो जाता" । प्राजक्ता हंसी । उसका डर दूर हो गया । डॉक्टरने उसे एनेस्थेशिया दिया । डॉक्टर के अनुमान से भी बड़ा और जटिल ऑपरेशन हुआ । काफी देर लगी । बाहर मां और मौसी चिन्ता में थे। "ऑपरेशन समाप्त हुआ । प्राजक्ता को अर्धचेतन अवस्था में स्ट्रेचर से वार्ड में लाए । मां ने देखा- बाहर आते समय स्ट्रेचर के साथ में स्वामीजी भी बाहर निकले थे । नर्स और वार्ड बॉय ने प्राजक्ता को बिस्तर पर सुलाया । मां नमस्कार करने के लिए स्वामीजी की तरफ दौड़ी परन्तु स्वामीजी कहां थे ? अभी तो प्राजक्ता के पास खड़े थे, कहां चले गए ? आन्तरिक भावना सिध्द हुई - "जहां तुम जाओगे वहां मैं

आपका साथी '' ।

यह घटना अक्टूबर 2006 की है । आज भी यह घट सकती है यदि आपके पास हो केवल **विकल्परहित श्रध्दा व गद्गद् होकर तन्मयता से शंकारहित प्रार्थना करने की कला व शक्ति** ।

इस सन्दर्भ में और कुछ चर्चा करने से पहले इस लेख के शीर्षक का अर्थ समझ लें और इसके लिए अधिक उपयोगी संत तुलसीदास लिखित रामचरितमानस की यह चौपाई **''दैहिक दैविक भौतिक तापा, रामराज नहि कछु व्यापा''** ।

इस चौपाई का अर्थ ऐसा है कि वहां दैहिक, दैविक, भौतिक दुख नहीं रहते जहां रामराज्य होता है । दुख और दुख के हजारों कारण हैं परन्तु हमारे ऋषि-मुनियों ने इनको तीन भागों में विभाजित एवं वर्गीकृत किया है । वर्गीकरण की जैसी पध्दति विज्ञान में की जाती है वैसी । (वनस्पति, पशुपक्षी, कीट एवं पतंग इनके अलग-अलग भाग करके उनकी साम्यता के अनुसार वर्गीकरण कर उन्हें एक वर्ग में family शब्द उपयोग में लेते है । ऐसा वर्गीकरण ऋषि-मुनियों ने बहुत पहले ही कर लिया था उदाहरणार्थ- सजीव के चार वर्ग किये । जारज (मनुष्य, पशु), अंडज (पक्षी, कीट, पतंग) स्वेदज (जुं), उद्भिज (वनस्पति, वृक्ष, लता) उसी प्रकार जलचर, नभचर, भूचर वगैरह । विचार करिये, हमारे ऋषि-मुनि कितने विव्दान थे, उनकी विलक्षण बुध्दि का उदाहरण आगे देखिए । दुख के तीन प्रकार हैं - 1) **दैहिक** - तुम्हारे शरीर संबंधी जिन दुखों के लिए तुम स्वयं उत्तरदायी हो, 2) **भौतिक** - आपके अतिरिक्त दूसरा जो भी इस दुनिया में है उससे उत्पन्न होने वाले दुख फिर वे अपने पुत्र के व्यवहार से हों या पति-पत्नी की अनबन से या बिच्छू क़ा डंक । सोचिये सब प्रकार तो एक ही है ना ! शब्द बाण से घायल होना या बिच्छू के डंक से भौतिक शब्द का अर्थ होता है पंचमहाभूत से उत्पन्न (पृथ्वी, तेज, जल, वायु, आकाश) समस्त सजीव, निर्जीव सृष्टि से होने वाले दुख। 3) **दैविक** - अर्थात पंचमहाभूतों से अथवा दैवी-देवताओं की अकृपा से होने वाले दुख उदाहरणार्थ पृथ्वी के कारण भूकंप, जल के कारण ओलावृष्टि या अकाल अथवा बाढ़, तेज से विद्युत गिरना, आग लगना या वायु से तूफान आदि से होने वाले दुख अर्थात दैविक । इन्हीं को गीता में और ज्ञानेश्वरी में आधिदैविक,

आधिभौतिक, आधिआध्यात्मिक कहा गया है । और तीनों प्रकार के दुख जहां राम का राज्य है वहां व्याप्त नहीं होते । राम का राज्य केवल अयोध्या में ही नहीं अपितु तुम्हारे हृदय में है । शब्दों की तरफ ठीक से ध्यान दिया तो एक मजेदार बात ध्यान में आएगी । राम की राजधानी और उधर की बोली में रामचरित मानस में भी अवध अयोध्या याने जहां युध्द नहीं, आपके मन में किसी भी प्रकार का व्दन्व्द, भेदभाव, व्दिधाभाव हुआ तो अयोध्या नगरी नहीं । व्दंव्द, वाद विवाद, व्दिधा भेद मिट गए तो तुम्हारा हृदय अयोध्या बन जाता है । वहां रामराज्य स्थापित होता है । अवध शब्द का अर्थ होता है जहां वध नहीं, मृत्यु नहीं, जहां जीव को चिदानंद रुपम् शिवोहं शिवोहं का अनुभव आता है, वहां मृत्यु का अस्तित्व मिट जाता है । अमरत्व प्राप्त होता है । वह अवध राजधानी और जहां ये घटित होता है वहां तीन त्रिताप कैसे रहेंगे ?

हम इन तीनों तापों से तप्त हैं । इन तीनों से मुक्ति पाने के लिए उपाय क्या है ? तो विकल्परहित श्रध्दा से मनःपूर्वक प्रार्थना, पूर्णतः मन से गद्‌गद् होकर तथा उस प्रार्थना में शब्द हो ही, ऐसा नहीं है। ऊपर उल्लेख किया हुआ है कि हमारे ऋषि-मुनि कितने विचक्षण और विलक्षण बुध्दि के थे ।उनके ये उदाहरण देखिए - भगवान शंकर को हम बिल्व पत्र चढ़ाते हैं । उसके कितने पत्ते होते हैं ? तीन । गणपति को हम दुर्वा चढ़ाते हैं उसके कितने पत्ते होते हैं ? तीन। ये तीन पर्ण चढ़ाना या अर्पण करना प्रतीक स्वरूप है और यह ईश्वर को की गई मौन प्रार्थना है कि मैं ये तीन पत्तों के बिल्व या दुर्वा इसलिए चढ़ाता हूँ कि मेरे ये तीनों ताप दूर कर 'त्रिताप हरें'। सत्व, रज, तम इन तीन गुणों कफ, वात, पित्त इन शरीर के गुण धर्मों, स्वर्ग, मृत्यु, पाताल इन तीन लोकों से मुक्त करें और आपके चरणों में आश्रय दें । इन त्रितापों के नाश के लिए तो भगवान शंकर ने, महाकाली ने हाथ में त्रिशूल धारण किया है। अब हमें चर्चा करनी है कि प्रार्थना से वास्तव में क्या होता है? तथा स्तोत्र, मंत्र और प्रार्थना में क्या कोई अंतर है ? 'स्तोत्र मंत्र के विज्ञान', इस लेख में स्तोत्र व मंत्र के पीछे स्थित आधारभूत विज्ञान कंपन (Frequecy) व तरंग (Wave Length) की सविस्तार चर्चा की गई है परन्तु इनमें ऐसे विशिष्ट तरंग व कंपन उत्पन्न करने का कोई प्रयत्न नहीं होता,

इसलिए प्रार्थना में अक्षर, शब्द, रचना महत्वपूर्ण न होकर भाव महत्वपूर्ण होता है । प्रार्थना में अमुक शब्द इस तरह से होना चाहिए ऐसा नहीं होता अपितु तो आपकी भावना जिससे आंदोलित होगी, तूफान आएगा, फव्वारे फूटेंगे या कल-कल निर्मल झरना जैसे भाव प्रवाहित होंगे, वे महत्वपूर्ण हैं। प्रार्थना वास्तव में उस वक्त अधिक फलदायी होती है जब व्यक्ति ईश्वरीय सानिध्य का, समीपता का आंतरिक अनुभव कर सके । ऐसा आंतरिक अनुभव मानसिक प्रसन्नता उत्पन्न करता है । आनंद व प्रेम उत्पन्न करता है । प्रेम ईश्वरीय शक्ति है । God is love & Love is God. इसलिए स्वाभाविक रूप से उसका परिणाम मनुष्य के शरीर पर, मन पर होता है इसीलिए अनेक रोगों पर दवा की अपेक्षा प्रार्थना अधिक लाभदायक सिध्द होती है । कैसे, यह हम ठीक से समझ लें । चार-पांच वर्ष पूर्व (२००१-२००२) हम एक डॉक्टर के यहां रात्रि विश्राम कर रहे थे, उन डॉक्टर के पास एक निकट का मित्र व रोगी (एक प्राइवेट कम्पनी का बड़ा अफसर) आया । डॉक्टर ने उससे हमारा परिचय कराते हुए कहा- स्वामीजी मेरा मित्र हमेशा बीमार रहता है, कभी भी स्वस्थ नहीं रहता । इसकी बीमारी का निश्चित रूप से निदान ही नहीं होता। इसे वास्तव में क्या बीमारी है, इसका पता नहीं लग रहा। मै तो एक साधारण डॉक्टर हूं । इसे अनेक अलग-अलग विशेषज्ञ डॉक्टरों को दिखाया, एलोपैथी की दृष्टि से आवश्यक सभी जांच कर ली गई सोनोग्राफी, एक्सरे वगैरह । दिल्ली के प्रसिध्द डॉक्टर के पास भी इसे दिखाया । इसके अतिरिक्त भारत के बाहर विदेशों में भी विख्यात अस्पतालों में भी जांच करा ली परंतु परिणाम शून्य । इस पर वह ऑफिसर बोला, शायद मेरी बीमारी के विषय में प्रत्यक्ष भगवान को भी पता नहीं है । मैंने उसकी तरफ गहरी दृष्टि से देखा और कहा- "इसका अर्थ है तुम्हारा ईश्वर पर विश्वास नहीं है, श्रध्दा नहीं है, इतना ही नहीं तुम्हें ईश्वर क्या हैं, यह भी मालूम नहीं है पर जाने दो, यह तुम्हारा प्रश्न है। हमें तुम्हारी बीमारी क्या है ये भले ही पता न हो पर क्यों है यह जरूर पता है । उस ऑफिसर ने आश्चर्य से मेरी ओर देखा । हमने कहा- **"आपकी बीमारी कैसी भी हो पर उसका कारण मात्र इतना है कि इस जगत में एक भी व्यक्ति तुम्हारी दृष्टि में ऐसी नहीं है जिसके लिए तुम्हें जीने की इच्छा हो और ऐसा भी**

कोई व्यक्ति नहीं जिसको ये लगे की तुम उसके लिए जियो ऐसा तीव्रता से तुम्हें अनुभव होता हो । तुम्हारे जीवन में प्रेम का अभाव है. तुम किसी पर प्रेम नहीं करते हो व कोई तुम पर प्रेम नहीं करता। यही तुम्हारी बीमारी का कारण है । फिर दोनों ने मेरी तरफ आश्चर्य से देखा । उसके बाद वह व्यक्ति चला गया । उसके जाने पर डॉक्टर बोला- "कमाल करते हो स्वामीजी।" आपका उस व्यक्ति से अब तक के क्षण तक किसी भी प्रकार का परिचय न होते हुए भी आपने इतना अचूक निदान किया, इसका आश्चर्य होता है । मैं इसका मित्र और फैमिली डॉक्टर हूं। स्वाभाविक ही इसके घर में सभी व्यक्तियों से मैं अच्छी तरह से परिचित हूं, सबको जानता हूं, इनके घर की सारी स्थिति अच्छी है, आप कहते हैं वह त्रिवार सत्य है परन्तु आश्चर्य की बात यह है कि (दुःख की भी) हम डॉक्टरों ने इस दृष्टि से कभी विचार किया ही नहीं । हमने हंसकर कहा- आप लोग मनुष्य को मनुष्य की तरह देखते ही नहीं हो, एक यंत्र की तरह देखते हो । उसकी सारी इन्दियों को आप यंत्र के भाग की दृष्टि से देखते हो । चलिए आपको एक छोटा सा विनोद बताता हूं । एक बार शिक्षकों ने बालकों को पाठयपुस्तक का एक पाठ जो एक धार्मिक पुस्तक से लिया गया था, पढ़ाया। वह एक सुन्दर लघुकथा थी । कथा ऐसी कि छः अंधे थे। उन्हें हाथी देखने की इच्छा हुई पर वे अंधे कैसे देखेंगे ? फिर भी इनकी तीव्र इच्छा देखकर एक दृष्टि वाले आदमी ने उनके सामने एक हाथी लाकर खड़ा कर दिया । उन्होंने हाथी के शरीर पर से हाथ घुमाया । उस दृष्टि वाले आदमी ने पूछा, हाथी देखा ? उन्होंने उत्तर दिया - हां । कैसा लगा ? जिसने कान पर हाथ घुमाया था वो बोला- हाथी सूप सरीखा होता है, जिसने पांव पर हाथ घुमाया वो बोला हाथी खंभे जैसा होता है, जिसने पूंछ पर हाथ घुमाया, वो बोला हाथी रस्सी जैसा होता है आदि । कथा बताकर शिक्षक ने बच्चों से प्रश्न किया कि वो 6 मनुष्य कौन थे ? एक होशियार और चतुर लड़के ने उत्तर दिया । वे छः ही विशेषज्ञ डॉक्टर थे । विनोद सुनकर डॉक्टर एकदम हंसे। हमने उन्हें आगे बताया । आप डॉक्टर लोगों ने मनुष्य को मशीन समझ लिया है। उसका मन, भावना, उसका हृदय, प्रेम या राग व्देष, कदुता कुछ भी ध्यान में नहीं लेते । आयुर्वेद में इन सारी बातों पर विचार किया जाता है । आपको दो बातें

बताता हूं। शास्त्रज्ञ लोगों के सामने प्रश्न था कि रोने वाला बालक एकदम जिद पर आकर रो रहा है। उस समय किसी के भी पास गया तो भी शांत नहीं होता। परन्तु जब वह अपनी मां की गोद में जाता है और मां सिर पर हाथ फेरती है तो वह तत्काल शांत हो जाता है, ऐसा क्यों ? इसका वैज्ञानिक दृष्टि से निष्कर्ष निकाला कि कदाचित हृदय की धड़कन से । रसायन शास्त्रज्ञों ने एक प्रयोग किया। एक रोबोट तैयार किया मादा बंदर के जैसा । इतना ही नहीं उस पर मादा बंदर की खाल चढ़ा दी, उसके अंदर बंदर के हृदय के धड़कने जैसी व्यवस्था की, मानो किसी जीवित बंदर की तरह हो । योग ऐसा कि एक मादा बंदर अचानक मर गई। उसका छोटा बच्चा चिल्लाने लगा । शास्त्रज्ञों ने उस बच्चे को रोबोट के हाथ में दिया । उस रोबोट बंदर ने ठीक बंदर की तरह ही हाथ से उठाकर उसे छाती से लगाया परन्तु वह बच्चा शांत नहीं हुआ। उस बच्चे ने भी प्राण त्याग दिए । शास्त्रज्ञ विचार में पड़ गए कि ऐसा क्यों हुआ ? इसका उत्तर हम दें, इसकी अपेक्षा आप स्वयं खोजिए । विचार करिए ।

दूसरी घटना कुछ वर्षों पूर्व बंगलुरु में घटित हुई । एक लड़की ने घर के लोगों की इच्छा के विरुध्द प्रेम विवाह किया । उस लड़के पर उसका प्राणों से भी अधिक प्रेम था । कुछ ही दिनों के बाद उसके ध्यान में आया कि लडका अपात्र (दुर्व्यसनी व दुराचारी) है । छः महीने में ही उसने उससे तलाक ले लिया । आरम्भ में उसने उसे खूब समझाया परन्तु कोई उपयोग नहीं हुआ । पत्थर पर पानी डालने के समान हुआ । अन्त में उसके सामने तलाक के दस्तावेज दस्तखत करने के लिए आए । उसने दस्तखत करने के लिए पेन हाथ में लिया और ठीक उसी क्षण उसकी दृष्टि चली गई । एकदम अन्धी हो गई । लोग तत्काल उसे नेत्र विशेषज्ञ के पास ले कर गए । उसके दोनों नेत्रों की जाँच हुई । डॉक्टर ने कहा, इसकी दोनों आंखों को किसी प्रकार का कोई नुकसान नहीं हुआ है । न कोई बीमारी है, सामान्य व्यक्ति की तरह ही इसकी आंखें है पर इसे क्यों दिखाई नहीं दे रहा है इसका उत्तर नहीं दिया जा सकता । दूसरे डॉक्टर के पास गए फिर सारी जाँच हुई परन्तु राज नहीं खुला । सभी रिपोर्ट सामान्य हैं फिर दृष्टि क्यों नहीं ? अन्त में एक अनुभवी डॉक्टर ने कहा कि इस पर हुए मानसिक आघात से इसकी दृष्टि

चली गई है । जिस व्यक्ति पर इसने प्राणों से भी अधिक प्रेम किया, उसने इसे धोखा दिया। अब इस संसार में किसी भी प्रिय व्यक्ति का मुँह देखने का काम नहीं रहा तो दूसरा कुछ देखने का क्या उपयोग ? देखने जैसा क्या बचा ? अब क्या देखना है ? किसके लिए देखना है ? उसके मन में देखने के प्रति नकारात्मक सोच से उसकी दृष्टि चली गई । दवा अथवा ऑपरेशन से उसकी दृष्टि वापस नहीं आएगी । उस पर एक ही उपाय है कि उस पर इतना प्रेम करना चाहिए, अपनत्व जोड़ना चाहिए कि उस व्यक्ति को देखने की तीव्र इच्छा इसके मन में जागृत हो । नकारात्मकता की दीवार गिर जाए तो इसे अच्छा लगने लगेगा । एक अमेरिकन डॉक्टर डैनी सहगल ने एक पुस्तक लिखी है । उस पुस्तक का नाम है Love: miracle and medicine (प्रेम चमत्कार और दवा) उस पुस्तक में वह कहता है There is no disease that enough love will not heal. There is no door that enough love will not open. There is no gulf that enough love will not bridge. ऐसी कोई बीमारी नहीं जो पूर्ण प्रेम से ठीक न हो सके । ऐसा कोई दरवाजा नहीं जो पूर्ण प्रेम से न खुल सके । ऐसा कोई मतभेद, मनभेद, कटुता नहीं, अन्तर नहीं - जिस पर पूर्ण प्रेम से पुल न बांधा जा सकता हो । अपने विषय की दृष्टि से पहले वाक्य पर ही विचार करें । पूर्ण प्रेम ही एक तरह से ईश्वरीय प्रार्थना है । विलियम शेक्सपीयर ने कहा है To love is devine and to be loved is bliss. प्रेम ईश्वरीय शक्ति है. प्रार्थना से प्रेम प्रकट होता है और प्रेम से प्रार्थना हृदय में उतरती है. प्रार्थना अर्थात ईश्वर से प्रेम का संवाद। वह यदि साध्य हो जाए तो बीमारी कैसी? कई बार बीमारी का कारन उस व्यक्ति की नकारात्मक मानसिकता व विचारधारा होती है. उसे औषधि से नहीं बदला जा सकता. प्रार्थना से (प्रेम से) उसे बदला जा सकता है । **आपके घर में यदि छोटा बालक (शिशु, किशोर 20 वर्ष से कम आयु का) बार-बार बीमार पड़ता हो तो ध्यान दीजिये कि उसे दवा कि नहीं आपकी जरूरत है आपका साथ चाहिए, प्रेम चाहिए ।**

आज पाठशाला के बच्चों में भी हिंसक मनोवृत्ति दिखाई देती हैं । परदेश में ही नहीं हमारे देश में अनेक घटनाएं पढ़ने और सुनने में आती हैं । दस-बारह

वर्ष की उम्र के बालकों ने हत्या करने की घटना, उसके पीछे की उनकी हिंसक वृत्ति, मनोरुग्ण वृत्ति हो तो वह किसी दवा से नहीं, प्रार्थना से, प्रेम से, अपनत्व से, और सान्निध्य से बदलती है ।

गत शताब्दी तक आधुनिक मेडिकल साइन्स ने एक बहुत बड़ी भयंकर गलती की, मनुष्य को मशीन यंत्र समझकर उपचार करने की । अब यह गलती सुधारने का प्रयत्न हो रहा है । मनुष्य की भावना, मन, बुध्दि, श्रध्दा, प्रेम अथवा इनके विपरीत व्देष, कटुता, घृणा, सकारात्मक-नकारात्मक विचार की तरफ भी ध्यान दिया जा रहा है । इस सम्बन्ध में अभी-अभी शुरू हुए अनुसंधान के विषय में कुछ बताने के पहले एक बात स्पष्ट करता हूँ । एकाध व्यक्ति सर्वसामान्य व्यक्ति की अपेक्षा अधिक कामी, अधिक क्रोधी, अधिक लोभी हो और उससे जो रोग उत्पन्न होते हैं, उससे उस पर कोई दवा काम नहीं देती । प्रार्थना, प्रेम व सकारात्मक विचारवाले स्वभाव में परिवर्तन लाना ही रोग मुक्ति का उपाय है । काम अधिक होगा तो वात विकार (उन्माद), क्रोध से पित्त और लोभ से कफ उत्पन्न होता है । लोभी शब्द से एक मजेदार बात याद आई, वह पहले बताता हूं। उसके बाद मेरा स्वयं का अनुभव कथन करूंगा । हम एक बार राजस्थान में एक ज्ञानी, वृध्द, अनुभवी वैद्य के यहाँ विश्राम कर रहे थे । उनसे मिलने एक मध्यमवर्गीय व्यक्ति आया । वैद्यजी ने हमें बताया कि स्वामीजी यह व्यक्ति स्वभाव से वैसे अच्छा है परन्तु बहुत लोभी और कंजूस भी है, परिणामस्वरूप इसे कोई न कोई बीमारी होती रहती है । इसलिए इसका लालच दूर करने का उपाय बताइये । वह दूर हो जाए तो यह स्वस्थ हो जायेगा । हम उसे उत्तर दें उससे पहले ही वह व्यक्ति हमसे बोला, स्वामीजी महाराज, उपाय बताना हो तो ऐसा बताना जिसमें मेरा एक पैसा भी खर्च न हो । सुनकर हमें हँसी आई, हमने कहा मुफ्त का उपाय बताता हूं। आप केवल इतना ही करिये, **मुँह के अन्दर का कौर चबाकर, निगलकर जब तक पेट में नहीं चला जाता तब तक थाली में हाथ मत डालिये । दूसरा कौर हाथ में मत लीजिये । थाली में परोसे अन्न को तब तक स्पर्श मत करिये । पूर्व का कौर पेट में चला जाए फिर दूसरा कौर हाथ में लीजिये** । वैद्यराज जी आश्चर्य से हमारी तरफ देखते हुए बोले, क्या उपाय

बताया स्वामी जी आपने, इसका प्रयोग ये तो करेगा जब करेगा मैं तो आज से ही शुरू करता हूं । आप भी करके देखिये । देखिये आपके स्वभाव में क्या अन्तर आता है । इससे आपके स्वास्थ्य पर भी क्या फरक पड़ता है, वह देखिये । भोजन में थोड़ा समय अधिक लगेगा इतना ही होगा परन्तु उससे भोजन व भोजन का खर्च कम होगा यह फायदा भी नजर आएगा ।

हम भी बचपन में स्वयं बिल्कुल शान्त स्वभाव के थे और इसलिए पूर्ण स्वस्थ एवं निरोगी थे । परन्तु पहली बार हमें थोड़ा सा बुखार 23 वें वर्ष में हुआ तब तक हम पूर्ण स्वस्थ थे । उसके बाद धीरे-धीरे मालूम नहीं क्यों हमारा स्वभाव बदलता गया । क्रोधी हो गया । उस समय हमें हमारे विषय में ही पता नहीं लगा । जिसके पास से दवा ली उन डॉक्टर को, बाद में वैद्य को, होम्योपैथिक डॉक्टर को भी पता नहीं लगा । अचानक ही हमें पित्त की और उसके बाद सिर दर्द की शिकायत शुरू हो गई । सिर, आंखों के पास अथवा कान के पास नहीं, एकदम ऊपर मध्यभाग में दर्द होता था । सिर में कोई हथौड़े से मार रहा हो ऐसा लगता था । कभी-कभी तो अत्यन्त कष्टदायी सिर दर्द सात-सात दिन तक रहता और किसी की भी दवा असर नहीं करता था । उस समय नौकरी के लिए हम पुणे में ही थे । ससून हॉस्पिटल में निजी एम डी फिजिशियन से लेकर दांतों के डॉक्टर, आंखों के विशेषज्ञ डॉक्टर, वैद्य, होम्योपैथी सभी प्रयोग करके देख लिए, परिणाम शून्य । यह हमारे स्वयं के या डॉक्टर के भी ध्यान में नहीं आया कि चिड़चिड़े, क्रोधी स्वभाव के कारण पित्त एवं उससे सिरदर्द होता है । जो दवा ली वह सिरदर्द या पित्त के लिए । क्रोध के लिए कौन सी दवा हे ? और गृह त्याग करके साधना में लग गए। जैसे-जैसे ध्यान बढ़ता गया, वैसे-वैसे सिरदर्द का कष्ट स्वयं समाप्त हो गया । अभी कभी बीच-बीच में पित्त का कष्ट होता है परन्तु वह केवल भोजन की गड़बड़ी या यात्रा, जागरण से । **ध्यान अर्थात क्या ? निःशब्द प्रभु प्रार्थना, प्रभु सान्निध्य का अनुभव ।**

इन दिनों कुछ लोग दूसरों को स्वस्थ करने लिए 'रेकी' करते हैं। यह रेकी भी एक प्रकार से आपके लिए दूसरों व्दारा की जाने वाली प्रार्थना है । फर्क इतना ही है कि उसकी भाषा शब्दों की नहीं स्पर्श की है, डॉक्टर आपको दवा की

पर्ची पर दवा लिखने से पहले RX लिखते हैं वह क्या है ? इसका उत्तर आप खोजिए । डॉक्टरों से पूछिए, उत्तर नहीं मिला तो हम बताएंगे । बहुत से नये डॉक्टरों व दूसरों को ऐसा लगता है कि RX अर्थात कम्पाउंडर या मेडिकल स्टोर वालों को उद्देश्य करके लिखा होगा कि दवा दें । वस्तुतः यह एक लेटिन वाक्य का संक्षिप्त रूप है । उस वाक्य का अर्थ है कि "हे प्रभो, मैं (डॉक्टर) रोगी के लिए (On behalf of) आपसे प्रार्थना करता हूं कि यह दवा मेरे रोगी को स्वस्थ होने दे ।"

अब हम ऊपर उल्लेख किये हुए विषय की तरफ बढ़ते हैं । डॉक्टर झारीन हार्वे जो एक विश्व विख्यात हृदय रोग विशेषज्ञ होकर कार्डियाक रिहैबिलिटेशन कार्यक्रम के डायरेक्टर व एक प्रसिध्द यूनिवर्सिटी में हृदय विकार विषय के प्रोफेसर व अनुसंधानकर्ता थे। उन्होंने ऐसा प्रतिपादन किया कि हृदय रोग और भावना तथा अपनत्व का परस्पर अत्यंत घनिष्ठ संबंध है । सामाजिक सम्पर्क, पारिवारिक संबंध, मन की विशालता से हृदय रोग पर विजय प्राप्त करने में बहुत मदद होती है । मनुष्य यदि अपने हृदय को मन को किसी के सामने व्यक्त करे तो उससे बहुत बड़ा दिलासा मिलता है । अब आप इस महान डॉक्टर के वाक्य पर अच्छे से विचार करें तो ध्यान में आएगा कि किसी सामान्य व्यक्ति के पास भी अपनी भावनाएं अभिव्यक्त करने की अपेक्षा (उससे कुछ लाभ होगा) ईश्वर को ही अपना मानकर, उसके पास अपने हृदय की बात व्यक्त करें तो कितना लाभ होगा । प्रार्थना अर्थात ईश्वर को अपना मानकर अपने मन के भाव उसके पास व्यक्त करना, उससे संवाद साधना। प्रार्थना से रोग मुक्ति कैसे संभव है? यह इस विख्यात हृदय रोग विशेषज्ञ के अनुसंधान से ध्यान में आएगा । अब आधुनिक मेडिकल विज्ञान भी इस बात को स्वीकार करने लगा है । अब मनुष्य यंत्र नहीं है । उसे दवा के उपचार के साथ-साथ (Positive thinking) श्रध्दा, प्रेम, सहयोग आदि बातों को ध्यान में लाकर उस पर जोर देना चाहिए । मनुष्य की ऐसी मनोवृत्ति तैयार करने में प्रार्थना अत्यन्त परिणामकारक होती है । मनुष्य को अकेलापन महसूस हो, संसार में उसका कोई नहीं हैं ऐसा लगे, उस समय वो यदि आध्यात्मिक क्षेत्र से विमुख होगा तो मनुष्य के हृदय पर जो आघात होंगे,

भावना को जो ठेस पंहुचेगी, उसका परिणाम उसके शरीर में अन्य ग्रन्थि, ज्ञानेन्द्रियों, कर्मेन्द्रियों पर होकर वह बीमार तो पड़ेगा ही परन्तु उसमें से स्वस्थ होने की संभावना कम रहेगी । प्रार्थना से ऐसे समय में बहुत मानसिक व भावनात्मक आधार मिलता है । प्रेम की क्षुधा, अपनत्व की भूख उसकी रोग प्रतिकारक शक्ति को कम करती है । उसके इम्युन सिस्टम का ह्रास होता है । Dr. Larry Dossey ने एक बहुत सुन्दर, अद्भुत पुस्तक लिखी । उस पुस्तक का नाम है 'Healing words' हीलिंग याने घाव, जख्म, रोग, अस्वस्थता को ठीक करने वाला । अर्थात पुस्तक के नाम का अर्थ होगा उपचारात्मक शब्द । कौन से शब्दों से रोगी को अच्छा लग सकता है (शब्द के स्तोत्र मंत्र के प्रभाव की पहले के लेख में चर्चा की गई है। इस ग्रन्थ में मनुष्य के स्वास्थ्य पर शब्दों का कैसा प्रभाव पड़ता है इसकी चर्चा की गई है । प्रेमपूर्ण शब्द, मृदुवाणी, व्यवहार व प्रार्थना का क्या और कैसा परिणाम होता है, इसकी चर्चा की गई है ।

संसार में सभी धर्मों और सभी भाषाओं में अनेक उत्तमोत्तम प्रार्थनाएं हैं परंतु हम कहते हैं कि उन सबसे अधिक श्रेष्ठ प्रार्थना तुम्हारे हृदय से निकले हुए सहज भावपूर्ण उद्‌गार हैं । आप अपने शब्दों में अपनी भाषा में प्रार्थना करिए । हृदय से सहज भाव तरंगें उठेंगी । जो शब्द तरंग उठेगी वह प्रार्थना सर्वोतम । ईसाई धर्म में हमारे अल्प ज्ञान के अनुसार स्तोत्र मंत्र बिल्कुल नहीं हैं परन्तु प्रार्थना मात्र है । उसमें प्रार्थना का अत्यंत महत्व है । एक बार एक चर्च में अकाल निवारणार्थ एक प्रार्थना आयोजित हुई । पहले बाइबल में से तथा अन्य सन्त-महात्माओं व्दारा रची गई प्रार्थना की गई फिर चर्च के पादरी ने कहा- अब सभी अपने तरीके से प्रार्थना करें । सभी ने आंखें बंद कीं । मन ही मन प्रार्थना करने लगे । पादरी का ध्यान पांच वर्ष के एक बच्चे की तरफ गया। वह भी आंखें बंद कर तन्मयता से कुछ तो भी मन ही मन कह रहा था । बाद में पादरी ने उस बालक को अपने पास बुलाकर पूछा- "बेटा, तूमने क्या प्रार्थना की" ? बालक ने मासूमियत से कहा "मैंने प्रभु से कहा- हे प्रभु, मैं तो तुम्हारा छोटा सा बच्चा हूं, मुझे आपकी कोई प्रार्थना नहीं आती मुझे तो केवल एबीसीडी आती है। मैंने दो-तीन बार एबीसीडी कहा है । इसमें से जैसी प्रार्थना आपको पसंद हो, वैसी आप

रच लें। सबको बड़ा मजा आया। हंसी भी आई और ठीक उसी समय आकाशवाणी हुई कि इस बालक की प्रार्थना को ईश्वर ने स्वीकार कर लिया है। आज की प्रार्थना में वही सर्वश्रेष्ठ प्रार्थना है। कथा के मर्म को ठीक से ध्यान में लाइए अन्यथा आप भी कहीं एबीसीडी या कखगघ बोलना शुरू कर देंगे। आपके शब्दों में तन्मयता हो, पूर्ण श्रध्दा से, हृदय से प्रार्थना करो। सबसे श्रेष्ठ प्रार्थना तो वह है जिसमें शब्द ही नहीं हों। ज्ञानेश्वर महाराज कहते हैं- "शब्दाविण संवादिजे" मौन प्रार्थना। बाइबल में भी आया है His ears listens the suftest cry. And he reads a language of a silent tears. आपके गले में अटके हुए, बाहर प्रकट न हुए निःश्वास भी वह सुनता है, आपके एकांत में बहने वाले अश्रुओं की भाषा पढ़ता है, बस यही महत्वपूर्ण है "अश्रु की भाषा"।

तन्मयता का अर्थ है प्रिय व्यक्ति का चिन्तन, स्मरण करते समय जिस प्रकार बाह्य जगत के ज्ञान का विस्मरण हो जाता है वैसे। एक सुन्दर सी बात कहता हूं। एक बार अकबर बादशाह घूमने निकले। वापस लौटने में शाम हो गई इसलिए शाम की नमाज पढ़ने के लिए निकट के एक बगीचे में गए। कंधे पर की शॉल को जमीन पर बिछाया और नमाज पढ़ने लगे। ठीक उसी समय एक युवती दौड़ती-दौड़ती आई और बादशाह के सामने से शॉल पर पांव रखते हुए निकल गई। बादशाह ने उस लड़की की तरफ देखा। उसे पहचान लिया, वह उसके एक सरदार की लड़की थी। लड़की ब्दारा हुई इस उपेक्षा व अपमान से बादशाह बहुत क्रोधित हुआ। दूसरे दिन सुबह बादशाह ने उस सरदार की लड़की को बुला लिया व क्रोध से थरथर कांपते हुए पूछा-तुझे कुछ ध्यान है ? कोई मर्यादा है कि नहीं ? कल शाम को बगीचे में मेरी शॉल बिछाई हुई थी, जिस पर मैं नमाज पढ़ रहा था। तू मेरे सामने से शॉल पर पांव रखते हुए निकल गई। इसके लिए तुझे कठोर सजा भुगतनी पड़ेगी ! लड़की अत्यन्त नम्रता से बादशाह से बोली-मुझसे अज्ञानता वश गलती हो गई। आपको जो उचित लगे, वो सजा दीजिए। मै केवल यह गलती किस परिस्थिति में हुई, इतना ही बताऊंगी। एक जवान से मै प्रेम करती हूं , वो आपकी सेंना में है। वह बहुत दिनों से कहीं युध्द में गया हुआ था। कल ही सुखपूर्वक घर वापस पहुंचा। इस आनंददायक खबर को सुनकर मै बांवरी हो

गई। मै दौड़कर निकली । बादशाह मुझे केवल एक प्रश्न का उत्तर चाहिए - मै एक हाड़मांस के मनुष्य के प्रेम में देहभान भूलकर दौडी, मुझे यह भी भान नहीं रहा कि मेरे पांव के नीचे शॉल है कि कांटा है । बादशाह नमाज पढ़ रहे है या कोई दूसरा है ? परन्तु आप तो उस अल्ला की इबादत कर रहे थे तो भी कैसे आपके ध्यान में आया कि कोई निकला है ? शॉल पर पांव किसने रखा । आपका मन इबादत में रमा था या कहीं बाहर? बादशाह को अपनी गलती का अनुभव हुआ। उसने उस लड़की को धन्यवाद कहा । सन्त एकनाथ कहते हैं कि स्वयं का विस्मरण हुए बिना परमेश्वर का स्मरण नहीं होता ।

प्रार्थना से दुख कैसे दूर होते हैं, इसकी अब हमें चर्चा करनी है । पहले एक श्लोक लें । संस्कृत में यह सुभाषित है -

" गंगा पापम् शशितापम् दैन्यं कल्पतरु तथा
पापं तापं दैन्यच हरति श्रीपदे पदम् ।।

गंगा से पाप नाश होता है । चन्द्र से ताप नाश होता है (शीतलता मिलती है) कल्पतरू से दीनता दूर होती है परन्तु ये तीनों बातें पाप, ताप, दीनता ईश्वर की शरणागति में जाने से दूर होती हैं । यह हुआ इस श्लोक का शाब्दिक अर्थ । अब थोड़ा विस्तार से समझ लें । पूर्व जन्म में व अंशतः इस जन्म के कर्मों से सुख व प्राप्त प्रारब्ध कर्मों से दुख भोगना पड़ता है । ऊपर दिए हुए श्लोक में दुख के 3 प्रकार दिए गए हैं -दैहिक, दैविक व भौतिक । ये त्रिताप पाप कर्म के फलस्वरूप ही भोगने पड़ते हैं । वास्तव में तो दरिद्रता भी इन त्रितापों में ही है । मानसिक संताप, क्लेश, बैचेनी, उव्दिग्नता, विरह, यातना भी त्रिताप में ही है । अब ये विविध दुख विविध उपायों से दूर करने की अपेक्षा ईश्वर की शरणागति से सारे दुख दूर होते हैं फिर उसकी शरणागति ही क्यों न स्वीकार करें ।

प्रार्थना का एक अत्यन्त महत्वपूर्ण लाभ अर्थात आपका आत्मबल बढ़ेगा। हमारे पीछे वह है, उसका हमें आधार है, उस पर हम निर्भर रह सकते हैं, यह भावना, यह स्थिति आपको आंतरिक बल देगी । एक छोटा सा बच्चा घर दौड़ता-दौड़ता आया । पैरों में जूते थे, उसका पैर फिसला, नीचे गिरा, घुटना छिल गया। दूसरे राज्य की सीमा पर प्रतिकूल परिस्थिति का सामना करने की आदत होने से

किसान के बलिष्ठ बालक का छिले हुए घुटने की तरफ ध्यान भी नहीं गया। रात को, उसका घुटना सूज गया। दूसरे दिन खड़े रहना मुश्किल हो गया। दो-तीन दिन में अधिक दुखने लगा। डॉक्टर ने कहा- घुटने में पस हो गया है। उसने दवा दी, मरहम पट्टी, ड्रेसिंग शुरू की परन्तु फर्क नहीं पड़ा। तीन-चार दिन बाद डॉक्टर ने कहा- शहर में ले जाइए ऑपरेशन करना होगा। घुटने के पास से पांव काटना पड़ेगा तो ही बालक जी सकेगा अन्यथा.......... । बालक ने यह सब सुना। वह बोला, अपाहिज होकर पराधीन, लाचार जीवन जीने की अपेक्षा मैं मरना पसंद करूंगा पर पांव काटने नहीं दूंगा। घर के लोगों ने उसे समझाने का बहुत प्रयत्न किया पर उसने एक न सुनी। बड़े भाई को पास बुलाकर उसने कहा- "दादा, मुझे वचन दे कि यदि मैं दर्द से बेहोश हो जाऊं तो मुझे यहां से कोई हिलाएगा नहीं, शहर ले जाकर पांव नहीं काटेगा। बड़े भाई ने वचन दिया। लड़का बेहोश हो गया। माता-पिता व्दिधा मनस्थिति में पड़ गए। एक तरफ डॉक्टर का आग्रह और दूसरी ओर बड़े भाई ने दिए वचन के कारण उसका दृढ़ता से इन्कार। अंत में रात को बालक के पास बैठकर सभी भगवान से प्रार्थना करने लगे। धीरे-धीरे सूजन कम हो गई। वेदना कम होने लगी। प्रार्थना से आत्मबल बढ़ा। रोग ने पराजय स्वीकार की। लड़का स्वयं के पांवों पर खड़ा हुआ। बड़ा हुआ फिर बहुत बड़ा आदमी बना। दूसरे महायुध्द में मित्र राष्ट्रों की सेना का सेनापति बना। उसके युध्द कौशल और रणनीति से मित्रराष्ट्र जीते, जर्मनी, जापान हारे। बाद में अमेरिका का राष्ट्रपति बना। एक बार नहीं तो दो बार, उसका नाम था ऑयसन होवर।

ठहरिए, हम यह जानते है कि आप क्या कहना चाहते हैं। आप अपनी निराशा प्रकट करना चाहते हैं। आपने भी कई बार प्रार्थना की पर कोई फायदा नहीं हुआ, प्रार्थना व्यर्थ गई, यही ना ? इससे निराश न हों। प्रार्थना व्यर्थ जाने के दो ही अर्थ निकलते हैं एक- आपको मनपूर्वक प्रार्थना करना नहीं आया, आप ईश्वरीय सत्ता से सुसंवाद नहीं साध सके। आप कहेंगे -हमने अत्यन्त श्रध्दा से प्रार्थना की थी, प्रभु ने नहीं सुनी। ऐसा कभी नहीं होता। आपको ऐसा लगता है। उसका अर्थ इतना ही कि आपके पास आपका एक सुन्दर फोटो है, जो आपको

बहुत पसंद है । उसे हाथ में लो और देखो, खुश हो गए ना । **हां अब याद कीजिए। वह फोटो की नेगेटिव सूर्यप्रकाश में, ट्यूबलाइट में धोई कि डार्क रूम में ? डार्क रुम में ही ना ? इसीलीये तो इतनी अच्छी फोटो आई यहि वो दुसरा अर्थ । नही समझे ? यदि आपकी प्रार्थना ईश्वर ने नहीं सुनी इसका अर्थ इतना ही है कि आपके फोटो का नेगेटिव (तुम्हारी इच्छा) डार्क रूम में धोई जा रही है शीघ्र ही सुन्दर फोटो प्राप्त करने के लिए ।** प्रार्थना अर्थात ईश्वर शरणागति के लिए हमें लगनेवाला विश्वास, हममें उत्पन्न विश्वास, भरोसा प्रकट करने का सर्वोत्तम रास्ता है। वही हमारा दुख दूर करेगी, यह सम्पूर्ण विश्वास । वह हमारा ही है । इसीलिए हमारे विचारों पर और हम पर उनका प्रेम है, वह हमे दुःखी अवस्था में क्यों रखेगा? इस भरोसे में दुख में भी उसके लिए श्रध्दा और प्रेम कम नहीं होगा । स्वयं के लिए विश्वास यानी प्रार्थना । इससे मनुष्य का मन शांत होता है । मन प्रसन्न, उल्हासित हुआ कि सभी कार्य हो जाएंगे । इसकी चर्चा इसी पुस्तक में आगे विस्तार से की गई है । इसलिए स्तोत्र मंत्र से रोग ठीक हो सकते हैं। उसमें से उत्पन्न होने वाली तरंग, स्पन्दन, कम्पन महत्वपूर्ण । प्रार्थना में शब्द, स्पर्श, स्पन्दन पर ध्यान न देते हुए मन की तन्मयता पर, भाव शुध्दि पर, समर्पण पर अधिक जोर देना चाहिए । जिनके पास तर्क, विकल्प, शंका, बुध्दिचातुर्य है, उनके लिए यह संभव नहीं होता है । भावना प्रधान प्रेम में तन्मयता उत्पन्न होती है। उन लोगो के लिए प्रार्थना करना सहज, सरल होता है। संसार में जितने व्यक्ति, उतनी प्रकृति हैं पिण्डे-पिण्डे मतिभिन्ना । ऋषि-मुनियों को सबके कल्याण के लिए, ध्येय के लिए, चिंता के लिए अलग-अलग मार्ग खोजने पड़े । यहां अब कोई समझदार वाचक प्रश्न उपस्थित करेगा कि स्तोत्र मंत्र की तरह प्रार्थना से भी मन पर प्रभाव होकर हमारी व्याधि दूर होगी ? चलो मान लेते है । पर दूसरे जो दो ताप है भौतिक व दैविक, वे प्रार्थना से कैसे दूर होंगे ? हमारे बारे में होता क्या है कि हम पंच महाभूत निर्मित स्थूल सृष्टि का ही अनुभव लेते हैं । हम पंचज्ञानेन्द्रिय, कर्मेन्द्रिय, मन, बुध्दि की सहायता से ज्ञान प्राप्त करते है व विषय भोग भी करते हैं । इसलिए हमारी दृष्टि खंडित हैं, हम केवल व्यष्टि का अनुभव लेते है, समष्टि का नहीं । खंडित अनुभव लेते हैं, अखंड

का नहीं । एक उदाहरण से इसे हम ठीक से समझ लें । आप जहां रहते हैं उस गांव में आपको बहुत सी इमारतें, बंगले दिखते हैं। प्रत्येक घर, प्रत्येक बंगला अलग-अलग लगता है । हर घर में होने वाली बातें भिन्न होती हैं, उनमें कहीं भी एकरूपता नहीं होती है परन्तु अब थोड़ा सूक्ष्म विचार करें । ये सभी घर जिस जमीन पर खड़े हैं, उसका विचार करें । नींव अलग-अलग होते हुए भी नींव के नीचे सारी जमीन एक ही है ना ? उसमें कहीं भाग और विभाग नहीं है खंड-खंड नहीं है ना ? इसलिए जब जमीन के अंदर भूकंप होता है, उस समय जमीन पर बने हुए सभी घरों पर एकसाथ आघात होता है. उसी प्रकार व्यष्टि में होने वाले चैतन्य अलग-अलग लगते हैं । जैसे भरे हुए घड़े में सूर्य प्रतिबिम्ब की तरह है अथवा घटाओं से घिरे हुए आकाश में मान लीजिए काले बादल होने से सूर्य दिखाई नहीं दिया, उस वक्त क्या होगा ? सभी घरों मे सूर्य बिम्ब अदृश्य हो जाएगा । अपने काम के लिए इतना ही ध्यान में लाइए कि यदि व्यक्ति तन्मयता से प्रार्थना करते समय समष्टि पर पहुंच गया, समष्टि से उसका संबंध जुड़ गया तो उसकी प्रार्थना के भाव तरंग सर्वत्र फैल जाएंगे ।Dr. Larry Dossey ने अपनी "Healing Words" पुस्तक में ऐसी चर्चा की है कि किसी व्यक्ति के प्रेमपूर्ण व्यवहार का, कोमल, प्रेमयुक्त व्यवहार का, सहयोग का दूसरों के शरीर और मन पर क्या और कैसा प्रभाव पड़ता है । उसके बॉयलॉजिकल सिस्टम पर क्या और कैसा प्रभाव पड़ता है, इस पर अनुसंधान किया है (जो हमारे ऋषि-मुनियों को हजारों वर्ष पूर्व ज्ञात था) उसकी पुस्तक में व्यक्तिगत चेतना के अनुसार विश्व की चेतना को (आध्यात्मिक शब्दों में समष्टि चेतना) स्वीकार किया गया है । इसका अर्थ यह कि मेडिकल साइन्स में अध्यात्म का प्रवेश हो गया है । उन्होंने इस पुस्तक में समष्टि के लिए Undivided wholeness और Interconnected universal शब्द उपयोग में लिए हैं । यही बात हमने जमीन और उस पर बने हुए घर से समझाने का प्रयत्न किया है । उनके इस सिध्दान्त के अनुसार संसार में प्रत्येक वस्तु का व व्यक्ति का दूसरी वस्तु से या व्यक्ति से परस्पर गूढ़ संबंध है। भौतिक विज्ञान इसी बात को Quantum Theory से समझाने का प्रयत्न कर रहा है इसलिए एक व्यक्ति ने हृदय से दूसरे व्यक्ति के लिए प्रार्थना की तो उससे

उसे लाभ होता है । सामने के व्यक्ति में परिवर्तन होता है । Universal consciousness से शब्दों का चैतन्य दूसरे व्यक्ति के शरीर में अंदर कोषों तक पहुंच सकता है, ऐसा उन्होंने अनुसंधान से सिध्द किया हुआ है । जैसे आहार से शरीर का पोषण होता है वैसे योग्य विचार से भावनाओं का स्वास्थ्य लाभ, आरोग्य संवर्धन के लिए उपयोग होता है । उचित विचारसारणी से भावना, प्रेम प्रकट होते हैं । प्रार्थना से 'फिल्मोर' के कहने के अनुसार आपमें आंतरिक एवं बाहय परिवर्तन होता है और परिवर्तन की इच्छा तुम्हारी भी है ।

आप व्यक्ति के लिए अथवा दैवी प्रकोप के निवारण के लिए प्रार्थना करते हैं, उस पर विशेष परिणाम होगा । जैसे आप अपने फोन से विशेषतः मोबाइल फोन से संसार में किसी भी विशिष्ट व्यक्ति से बात कर सकते हैं ? वह फोन आकाश में उपग्रह के व्दारा विशिष्ट व्यक्ति के फोन पर पहुंच सकता है उसी प्रकार रेडियो टी.वी. तरंग आपके घर के रेडियो, टी.वी. पर पकड़े जा सकते हैं । किसी व्यक्ति विशेष के सन्दर्भ में की गई विशेष प्रार्थना, यदि वह समष्टि गहरी जमीन में भूकम्प जैसा संबंध जोड़ सकती है तो मां भगवती की कृपा से सूक्ष्म व कारण जगत में भावना कम्पन प्रसारित होकर संबंधित व्यक्ति अथवा नैसर्गिक अथवा दैवी कारण से उत्पात उत्पन्न होता है वहां तक पहुंच कर उसमें परिवर्तन हो जाता है व आपका तापहरण होता है । सामने का व्यक्ति अथवा कोई भी सजीव प्राणी उससे बदल सकता है । पातंजलि योग सूत्र में अहिंसा संबंध में कहा गया है "अहिंसा प्रतिष्ठायाम् तसंन्निधौ वैर त्याग ।" अर्थात किसी व्यक्ति की कायिक, वाचिक, मानसिक नहीं तो मन, बुध्दि, चित्त, अहंकार सभी स्तरों पर अहिंसा प्रतिष्ठित हुई तो उस व्यक्ति के सम्पर्क में आने वाले सभी जीव-जन्तुओं में भी आपस में बैर भावना भूलकर प्रेम भावना उत्पन्न होती है । नारद के दर्शन से अत्यन्त हिंसक "वाल्या" डाकू, वाल्मीकि ऋषि बन गया तो भगवान बुध्द के दर्शन से भयंकर पापी हत्यारा, अंगुलिमाल बौध्द भिक्षू हो गया । अनेक ऋषि-मुनियों के आश्रम के वर्णन में लिखा है कि उनके आश्रम में सांप, नेवला, कुत्ता, बिल्ली, चूहा, बाघ, सिंह, हिरण एक साथ आराम से रहते थे एक- दूसरे के प्रति भक्ष वृत्ति छोड़कर ।

रामायण में एक सुन्दर प्रसंग है । मंदोदरी रावण से कहती है- ''तुम मायावी हो, तुम कोई भी रूप धारण कर सकते हो, पर सीता की प्राप्ति के लिए तुम राम का रूप धारण कर उसके सामने क्यों नहीं जाते ?'' इस पर रावण उसे उत्तर देता है -तुझे कैसे बताऊं?'' मैं जैसे ही राम का रूप धारण करने का प्रयत्न करता हूं उसी क्षण मुझे परस्त्री माता के समान दिखने लगती है । फिर सीता की अभिलाषा मन में रहती ही नहीं । इस बात पर बहुत चिंतन-मनन किया तो आपके ध्यान में आएगा कि आपकी प्रार्थना उस राम के स्तर पर, समष्टि के स्तर पर जाएगी, उस वक्त सृष्टि में अपने आप कैसे बदलाव होगा । इसीलिए कहा गया है प्रार्थनाःत्रितापहारिणी ।

कोई लड़का उन्मादी या गुण्डा निकला तो माँ-बाप को यातनाएं होती हैं। वे बालक को समझाने का प्रयत्न करते हैं । कोई उपयोग नहीं होता, वह समय अब गया अब एक ही उपाय शेष है । उसके लिए गदगद होकर प्रार्थना करें, यदि वह आपका पुत्र है । केवल आपकी सदिच्छा से कैसे दूसरे में फर्क पड़ सकता है, इसका एक सुन्दर उदाहरण बताता हूं । घटना है न्यूयार्क शहर की । न्यूयार्क सिटी बैंक की एक शाखा में पैसे लेने की अनेक खिड़कियां, काउण्टर होकर भी सदा एक विशिष्ट काउण्टर पर ही भीड़ रहती थी । वहां लंबी-लंबी कतार और दूसरे काउण्टर खाली रहते थे । शाखा मैनेजर को आश्चर्य होता था, वो विचार में पड़ जाता था कि इस काउण्टर पर इतनी भीड़ क्यों रहती है ? कहीं ये अधिक पैसे तो नहीं दे देता है परन्तु ऐसा भी नहीं था । क्योंकि शाम को हिसाब जांचते तो सही आता था । किसी भी प्रकार का गड़बड़ घोटाला नहीं था । अंत में उसने निश्चय किया कि ग्राहकों से ही पूछेंगे । उसने खिड़की पर जाकर पूछा, यहां भीड़ क्यों कर रखी है । प्रतीक्षा करने में समय व्यर्थ जा रहा है तो भी यहां खड़े हो, उसने दो-तीन ग्राहकों को तो अपने केबिन में बुलाकर पूछा । एक ने उत्तर दिया वैसे तो मैं एक पक्का जुआरी हूं, बैंक में अपने खाते से पैसे निकालता हूं और जुआ खेलता हूं, मौज मस्ती करता हूं पर मैं नहीं समझ पाता । इस काउंटर पर इस कैशियर के हाथ से पैसे लेने पर मेरा मन बदल जाता है और जुएं में पैसे हारने की बजाय गरीबों की मदद करने का मन होता है और उससे मुझे बहुत

आनंद और समाधान मिलता है । वैसा आनंद किसी भी दूसरे कार्य में नहीं मिलता, जुए में बड़ी रकम जीतने में भी नहीं मिलता इसलिए मैं इसी काउण्टर से पैसे लेने की इच्छा करता हूँ । दूसरा बोला - मैं शराब पीने वाला और क्लब में जाकर पैसे खर्च करने वाला हूं परन्तु इस काउण्टर से पैसे लेने के बाद मेरे पास से पैसा खर्च नहीं होता, इसके विपरीत मैं पैसे ले जाकर अलग-अलग अस्पतालों में जाकर गरीबों को दवा, फल, दूध, बिस्किट देकर आता हूं । उस समय उनके चेहरे पर भाव और उनकी आंखों में मंडराने वाला आनंद, तृप्ति व कृतज्ञता मुझे खूब आनंद देती है । वैसा आनंद महंगी शराब पीते हुए और कैबरे डांस देखते हुए नहीं मिलता । तीसरी एक स्त्री थी वह बोली अलग-अलग फैशन के कपड़े पहनना, ब्यूटी पार्लर में जाना मेरा शौक है, परन्तु इस काउण्टर से पैसे लेने पर मुझे लगता है कि प्रत्येक सप्ताह कपड़ों के लिए जो पैसे में व्यय करती हूं उसकी अपेक्षा जिन गरीबों के पास कपड़े नहीं हैं उनके लिए कपड़े खरीदूं तो ? उनके लिए सर्दी के कपड़े, कम्बल, ऊनी शॉल वगैरह खरीदकर दी तो ? और अब वही मैं करती हूं। मुझे बहुत खुशी होती है आनंद मिलता है । इसके बाद शाम का उस कैशियर को बुलाकर पूछा - तू ऐसा क्या जादू करता है कि इन लोगों के विचार में परिवर्तन हो जाता हैं तो वह बोला- साहब मुझे ऐसा कोई जादू नहीं आता। मैं केवल उनके हाथ में पैसे रखते समय कहता हू- "ईश्वर तुम्हें सद्बुद्धि दे, उचित और अच्छे स्थान पर आवश्यक कार्य में पैसे व्यय करें, ईश्वर से आशीर्वाद प्राप्त करें God Bless you यह मैं मन में कहता हूं, उन्हें नहीं सुनाता, वे सुन भी नहीं पाते, मै मन ही मन इतनी ही प्रार्थना करता हूं ।

सज्जनों विचार कीजिए- एक अपरिचित कैशियर की लोगों के लिए श्रध्दा और सद्भावना से की गई प्रार्थना के कारण इतना बड़ा परिवर्तन हो सकता है तो, आपके घर में, आपके संबंधियों में, पड़ोसियों में, समाज में परिवर्तन नहीं होगा ?

महात्मा गांधी ने कहा है कि प्रार्थना व भजन जिव्हा से नहीं हृदय से करनी होती है और गूंगे, बहरे, तोतले, अनपढ़, मूर्ख, मंदबुध्दि भी प्रार्थना कर सकते हैं, इसके बाद वे आगे कहते हैं- बुध्दिवादियों को तब एक भयंकर राक्षस

कहना चाहिए जब वे सर्वज्ञता का ढोंग करते हैं । हमने यहां दो घटनाओं का खास तौर से उल्लेख किया है । विज्ञान के विषय में क ख ग न जानने वाले अथवा अधजल गगरी छलकत जाए कहावत के अनुसार अपने ज्ञान का गर्व करने वाले, स्वयं को विव्दान, बुध्दिमान और नास्तिक कहलाने वाले, अभिमान से दूसरों को अंधश्रध्दालु कहकर नीचा दिखाने वाले एवं तुच्छ मानने वाले, उनकी श्रध्दा पर आघात करके देखने वालों को केवल ये दो बातें पढ़नी चाहिए । अमेरिका ने जब पहली बार उनके आकाश यान को अंतरिक्ष में अनुसंधान के लिए रवाना किया, वैसे ही चन्द्रमा पर प्रथम बार यान भेजा उस समय नासा, (अमेरिका के अंतरिक्ष अनुसंधान संस्थान-जिसमें अनेक उच्च कोटि के इन्जीनियर, संगणक, विशेषज्ञ, हजारों की संख्या में हैं) के प्रमुख वैज्ञानिक ने कहा था कि हमने अपनी संपूर्ण शक्ति और प्रयत्न से यान का निर्माण किया और उसे आकाश में भेजा, उसमें सफलता देना और न देना ईश्वर के हाथ में है । वह केवल ईश्वरीय इच्छा है, इसलिए हमें सफलता मिले, इसके लिए हम प्रार्थना करते हैं । महान वैज्ञानिक नतमस्तक होकर प्रार्थना करते हैं । उसी प्रकार अंतरिक्ष में समानव भ्रमण करने वाला, चांद पर भेजा हुआ अपोलो 11 यान क्षतिग्रस्त हो गया व ऐसी परिस्थिति उत्पन्न हो गई कि वह क्षतिग्रस्त यान पृथ्वी पर सकुशल वापस नहीं आएगा. उसके अंदर बैठे सभी अंतरिक्ष यात्री मर जाएंगे व उसके साथ ही पृथ्वी पर मानव बस्ती पर (शहर, गाव) कहीं भी गिर गया (स्काईलैब के बारे में ऐसा ही हुआ था) तो कितना भयंकर जनसंहार होगा और यह सब टालने का वैज्ञानिक, यांत्रिक, बौध्दिक उपाय वैज्ञानिकों के पास नहीं था। अतः सारे संसार में यह दुर्घटना टालने के लिए प्रार्थना की गई और प्रार्थना का फल समझो, अपोलो यान सुरक्षित उतर गया । इस वर्ष भी भारतीय मूल की अन्तरिक्ष यात्री सुनीता विलियम्स व अन्य अन्तरिक्ष यात्रियों को लाने वाले यान में तकनीकी खराबी आ गई थी, उस समय भी संसार में नासा सहित सब तरफ प्रार्थना की गई थी ।

क्या आपको अपराधी शब्द अच्छा लगता है ? नहीं ना, इसके विपरीत अपराधी शब्द तथा अपराधी व्यक्ति के विषय में हमारे मन में अपमान की

भावना होती है, ठीक है ना । अगर किसी ने तुम्हें कुछ कहने के लिए अपराधी शब्द का प्रयोग किया तो ? बाप रे ! सारे शरीर में आग लग जाएगी और कहने वाला सामने हो तो .... । जाने दो । अब जरा शांत हो कर, ठण्डे दिमाग से आगे वाला वाक्य पढ़िये और बहुत गंभीरता से विचार करिए । किसी विचारवान **ईश्वर भक्त ने कहा है कि जो सत्कर्म करना तुम्हारे लिए सहज सम्भव हो, वह सत्कर्म तुम नहीं करते होंगे (आलस्य, लापरवाही अथवा अनुत्तरदायित्वपन, पलायनवादी मनोवृत्ति ऐसे किसी भी अन्य कारण से) तो तुम ईश्वर के घर के अपराधी हो** । अब कहिये । ईश्वर के घर का अपराधी न बनना हो तो सत्कर्म करते रहना चाहिए । करना चाहिए और प्रत्येक सत्कर्म हमारी दृष्टि में मौन प्रार्थना ही है ।

इस लेख के आरम्भ का वाक्य फिर पढ़िये "प्रार्थना की शक्ति संसार की सबसे बड़ी शक्ति है ।" अब इस वाक्य पर पूर्ण श्रध्दा रखकर स्वयं के लिए, अपने देश के लिए, समाज के लिए, सम्पूर्ण मानव जाति के लिए (जो विनाश की कगार पर पहुंच गई है) कल्याण के लिए प्रार्थना शुरू करें, आइये आज से ही । चलिये तैयार होइए .... ।

....

पूजा सामग्री और विज्ञान

हमारे आयुर्वेद के एक ग्रन्थ में एक कथा है कि एक महान आयुर्वेदाचार्य ने उनके शिष्यों को सम्पूर्ण आयुर्वेद का ज्ञान दिया । वे चारों शिष्य आश्रम छोड़कर जाने वाले थे । उस काल के नियम के अनुसार गुरु को कुछ तो भी गुरु दक्षिणा देनी पड़ती थी । शिष्यों ने गुरु महाराज से पूछा - "गुरुदेव अब गुरु दक्षिणा के रूप में आपको क्या दें?" आयुर्वेदाचार्य ने शान्ति से चारों शिष्यों से कहा ,"अब तुम चारो चार दिशाओं में एक योजन तक जाओ और ऐसी वनस्पति लाकर मुझे दो जिस में कोई औषधीय गुण न हो । जो मनुष्य के किसी भी काम की न हो ।" चारों गुरु को नमस्कार करके चारों दिशाओं में गए । एक योजन (दो कोस = चार मील) से भी दूर तक घूमे परन्तु खाली हाथ वापस आए और बोले, "गुरुदेव हमें क्षमा करें क्योंकि आपकी मांगी हुई गुरु दक्षिणा हम नहीं दे सकेंगे । इतने दिन बहुत प्रयत्न करके भी हम ऐसी किसी भी वनस्पति को नहीं खोज सके जिसमे कोई औषधीय गुण न हो तथा वह मनुष्य के किसी काम की न हो । यह सुन कर गुरुजी ने आनन्द और प्रेम से शिष्यों को गले से लगाया और कहा, तुमने सचमुच आयुर्वेद का ज्ञान प्राप्त किया है । इससे मुझे हुआ आनन्द ही मेरी गुरु दक्षिणा समझो ।"

प्रत्येक वनस्पति में कोई न कोई औषधीय गुण है और वह मानव जाति के लिए काम की है । फिर भी उनमें से कुछ वनस्पतियों का ही ऋषि-मुनियों ने पूजा के लिए चयन किया । उसमें उनका वैज्ञानिक दृष्टिकोण निहित था जिसे समझने का हमने कभी प्रयत्न नहीं किया । रोग अनेक प्रकार के हैं परन्तु कई रोग ऐसे हैं जो हजारों में से किसी एक को होते है । क्वचित कभी और किसी को। स्वभावतः उस रोग के उपचार के लिए आवश्यक वनस्पति एकदम तत्काल उपलब्ध हो ऐसा आवश्यक नहीं है। इसके विपरीत कुछ रोग बहुतों को होते रहते है, बार-बार होते रहते हैं उदाहणार्थ सर्दी, जुकाम, खांसी, पेट के विकार, आंखें, नाक, मुंह के रोग । स्वाभाविक ही इन रोगों का उपचार करने के लिए काम आने

वाली वनस्पति सहज उपलब्ध होनी चाहिए । उदाहरणार्थ तुलसी, दुर्वा, बिल्वपत्र वगैरह सहज उपलब्ध होने चाहिए । हो सके तो घर के निकट या मोहल्ले में या निकट के मन्दिर के परिसर में मिलें व उसका नुकसान न हो । बकरी, गाय से व मनुष्यों से भी उनकी रक्षा हो सके । सुरक्षा व सदुपयोग इन दोनों को ध्यान में रख कर ऋषि-मुनियों के वैज्ञानिक दृष्टिकोण तथा व्यवहारिक चतुरता की मनःपूर्वक सराहना करनी होगी, अभिनन्दन करने की इच्छा होगी । हमें उनके वंशज होने में धन्यता महसूस होगी ।

आरोग्य की दृष्टि से तुलसी का महत्व किसी भारतीय व्यक्ति को, उसमें भी हिन्दू को यदि बताना पड़े तो एक दुःखद आश्चर्य ही कहना चाहिए । सर्दी, जुकाम, खांसी, त्वचारोग, पेट के रोग पर तुलसी कितनी गुणकारी है, इसका ज्ञान यदि किसी को नहीं हो तो उन्हें बुजुर्ग और अनुभवी लोगों से यह ज्ञान प्राप्त करना चाहिए तथा अपना अज्ञान और अपनी बुध्दि के कलंक को दूर करना चाहिए । हम इसकी चर्चा नहीं करेंगे । परन्तु तुलसी का स्थान अग्रगण्य । तुलसी के पत्ते के बिना नैवेद्य नहीं रखा जाता । ऐसा क्यों ? इसके पीछे क्या विज्ञान है? आपको होम्योपैथी की दवा कैसे तैयार की जाती है, इसकी कल्पना है क्या ? इन दवाओं पर 6X, 2X, 30X, 200X, 100X ऐसा लिखा हुआ होता है, इसका अर्थ क्या है ? हम एक उदाहरण से समझें । एक प्याली भर कर पानी लीजिए। उसमें शक्कर घोलिये । इतनी शक्कर डालिये कि पानी में घुलना रुक जाए । रसायन शास्त्र की भाषा में उस प्याली में शक्कर का सम्पृक्त द्रव तैयार हो गया है (saturated solution) अब इस प्याली के आकार के दौ सौ प्याले सादे पानी से भरिये । अब पहले प्याले में एक चम्मच शक्कर का पानी लेकर दूसरे सादे पानी के प्याले में डालिए । उसे ठीक से हिलाइये, फिर उसमें से एक चम्मच पानी लेकर तीसरे प्याले में डालिए । हिलाइए उसमें से एक चम्मच पानी लेकर चौथे प्याले में डालिए, हिलाइए (कृपया ध्यान दीजिये - यहां विषय सामान्य व्यक्तियों को भी समझ में आ जाए, इस हेतु ठोस रूप से कह रहे हैं । वैज्ञानिक पध्दति में चम्मच और प्याला भर पानी अर्थहीन है । विज्ञान में तो अचूक म प c.c. अथवा मिलीलीटर) ऐसा छः बार किया तो 6X, तीस बार किया तो 30X, ᐟथा दौ सौ

बार किया तो 200X। अब आप विचार कीजिये पहले प्याले में शक्कर का पानी ऊपर बताए अनुसार पध्दति से करते हुए दोसौ वें प्याले में गया तो क्या उसमें कण भर तो भी शक्कर गई होगी ? परन्तु मजेदार बात यह है कि होम्योपैथी में 6X की अपेक्षा 30X, उसकी अपेक्षा 200X अधिक गुणकारी और प्रभावशाली है फिर तो 1000X, अथवा one million की बात ही क्या है ? आपके समक्ष यह प्रश्न उपस्थित होगा कि हम ये सब किसलिए कह रहे हैं? पुनरावृत्ति करके फिर एक बार कहता हूं सौम्य करने से (Dilation) प्रमाण जैसे बढ़ेगा वैसे 6X की अपेक्षा 200X अधिक प्रभावशाली, गुणकारी व लाभकारी होगा । ठीक यही रहस्य तुलसी के पत्र से नैवेद्य दिखाने में है । परन्तु हम केवल एक परम्परा के रूप में इसका पोषण करते हैं । उसका विज्ञान नहीं समझा इसलिए उससे होने वाले अपरिमित लाभ से हम वंचित रह गए । नैवेद्य दिखाने की सही रीत क्या है? पहली बात, नैवेद्य रसोई तैयार होने पर तत्काल दिखाया जाता है, स्वाभाविक ही भोजन गरम होगा । अब आपने एक तुलसी पत्र गर्म चावल पर रखा, दूसरा तुलसी पत्र सब्जी पर रखा जो भी भोजन गर्म है फिर भी उसमें तुलसी पत्र डाल कर नैवेद्य दिखाया । गाय को भी दिखाया। उसके बाद हम क्या करते हैं कि वह नैवेद्य घर के बड़े व्यक्ति को अथवा समझदार बच्चे को खाने को देते हैं ताकि वो झूठा नहीं होगा, अन्न व्यर्थ नहीं जाएगा । इससे नैवेद्य सारा ही पेट में जाएगा, फेंका नहीं जा सकेगा । नैवेद्य का, अन्न देव का अपमान न हो, इसलिए । हम ठीक यहीं चूक जाते हैं। पहली बात ध्यान में लाइये - थाली नैवेद्य की हो अथवा न हो, अन्न व्यर्थ नहीं जाना चाहिए । थाली में जूठा छोड़ना सामाजिक, राष्ट्रीय व ईश्वरीय दृष्टि से पाप है, अपराध है । ठीक से समझिये, ध्यान में रखिये। घर में बचपन से ही बच्चों को आदत डालिये कि पेट भर भोजन करें, थाली में जूठा न छोड़ें, कण भर भी न व्यर्थ जाने दें । ऐसी आदत हो गई तो ऊपर बताया हुआ डर नहीं रहेगा । पहले लोग क्या करते थे ? वे एक कटोरी भर कर सब्जी के बड़े भगौने में डालते थे । गरम सब्जी में तुलसी का एक पत्ता डालकर स्वभावतः उसका अर्क उस कटोरी में उतरने पर उस कटोरी को उस बड़े भगोने में उड़ेलते, एक बूंद से भी कम अर्क इतनी सारी सब्जी में मिलेगा । ऊपर दी गई होम्योपैथी दवा

की तरह आप दस-बारह तुलसी के पत्ते चबा कर खाने की अपेक्षा केवल एक ही पत्ता उपयोग में लेंगे तो अधिक फायदा होगा । शास्त्रों के अनुसार तुलसी के पत्ते दांतों से चबाकर खाने की मनाही है । यह मनाही ऋषि-मुनियों ने की है । तुलसी के पत्ते को बिना चबाए निगलिए अथवा ऊपर बताए तरीके से उपयोग में लाइये अथवा रस निकालकर लीजिये । पत्ता चबा कर मत खाइये । यह कहने में ऋषि-मुनियों के पास कितना ज्ञान था ।

इन दिनों हुए अनुसंधान के अनुसार तुलसी के पत्तों में अत्यन्त सूक्ष्म अंश में (Traces) पारा (Mercury) होता है और दांत कैल्शियम से बने हुए होते हैं। दांतों से तुलसी के पत्ते चबाने पर पारे की दांतों के कैल्शियम से रासायनिक क्रिया होकर दांत खट्टे होने की अथवा घिसने की पूरी संभावना होती है । अब यदि कोई व्यक्ति नास्तिक हो, नैवेद्य दिखाने की उसकी मानसिकता न हो, वैसे संस्कार न हों तो कोई बात नहीं । कोई नास्तिक हो या विधर्मी, तुलसी के पत्तों पर सबका बराबर का अधिकार है । गुण भी समान देने में तुलसी भेदभाव नहीं करती । इसलिए अब आप ऐसा करें कि घर में से रोग आदि सारी बीमारियां दूर भगानी हैं तो रसोई तैयार होने पर अथवा करते समय दाल-सब्जी, चावल इनके भगौने में एक-एक तुलसी का पत्ता डालिये । परन्तु ठहरिये । अधिक लाभ चाहिए तो तुलसी का पत्ता तोड़ने के पूर्व उससे अनुमति लीजिये । ऋषियों को अनादिकाल से इस बात का ज्ञान था कि वनस्पति सजीव है व उन्हें भी वेदनाएं होती हैं । प्राचीन समय में वैद्य किसी रोगी के लिए औषधि के रूप में जिस वनस्पति की आवश्यकता होती उस वनस्पति को एक दिन पूर्व सायंकाल में प्रार्थना करके आते थे । हे वनस्पति मुझे अमुक रोगी के लिए तुम्हारे वृक्ष के इस भाग की आवश्यकता है । वह लेने के लिए मैं कल आऊंगा । तुम मुझ पर व उस रोगी पर कृपा करो। तुम्हारा औषधि भाग हमें लेने दो। ऐसी प्रार्थना करके दूसरे दिन लाते थे । इसलिए उस काल में आयुर्वेदिक औषधियों में इतना गुण होता था । इन दिनों आयुर्वेद की औषधियों का परिणाम क्यों नहीं मिलता ? आपके ध्यान में आ गया न । तो अब तुलसी के पत्ते तोड़ने के पूर्व उसकी प्रार्थना कीजिये, अनुमति लीजिये । वैष्णव साधु तो उसके लिए एक मंत्र ही कहते हैं । तुलसी के पत्ते को तोड़ने का मंत्र वो

हम यहां नहीं दे रहे हैं, जिज्ञासा हो तो खोजिये । क्या आपको लाभ चाहिए ? फिर उठाइये इतना सा कष्ट । किसी से पूछिये अथवा पुस्तक में ढूंढिये ।

होम्योपैथी में तुलसी पत्र से दवाएं तैयार की जाती हैं और वे किसी रोगी के लिए नहीं दी जातीं अपितु निरोगी व्यक्ति को स्थायी रूप से निरोगी रहने के लिए दी जाती हैं । अब हमें बताइये निरोगी रहने के लिए वह दवा लेने की अपेक्षा ऊपर बताए अनुसार नैवेद्य दिखाने में क्या कठिनाई है ? गोकुल की गोपियां दूध, दही, घी बेचने के लिए मथुरा जाती थीं । क्यों तो "गो रस सेवा से हरि मिले, एक पंथ दो काज" । एक पंथ दो काज यह फायदा श्रध्दा और आरोग्य प्राप्ति हैं । गुजरात में जामनगर के पास क्षय रोगियों के लिए (T B) एक चिकित्सा केन्द्र है (सॅनेटोरियम) वहां रोगियों के पलंग के चारों तरफ तुलसी की क्यारी होती है अथवा गमले जिससे रोगी को रात-दिन निरन्तर भरपूर प्राणवायु मिलती है ।

अब आप ही विचार करिये । घर व्दार में आंगन में तुलसी का वृन्दावन होना चाहिए, यह कहने वाले ऋषि अधिक वैज्ञानिक दृष्टि रखते थे या जिनके व्दार पर तुलसी नहीं है फिर भी केवल तोते की तरह विज्ञान की बातें रटने वाले हम अधिक विज्ञानी हैं ?

आगे कुछ लिखने से पहले एक बात स्पष्ट करता हूँ । हम वैज्ञानिक नहीं हैं, विज्ञान के विद्यार्थी थे और हैं । आयुर्वेद का भी कोई विशेष ज्ञान नहीं, डॉक्टर भी नहीं, वैद्य भी नहीं, । कर्मकाण्डी ब्राह्मण भी नहीं तथा अध्यात्म के बडे अधिकारी पुरुष भी नहीं हैं । हमारा तो एक ही प्रयत्न है, अपनी संस्कृति की अनेक विशेषताएं कैसे विज्ञान आधारित हैं ? ऋषि-मुनियों ने धर्म और विज्ञान, संस्कृति और विज्ञान, अध्यात्म और विज्ञान का कैसा सुन्दर और पवित्र समन्वय किया है । जैसे गंगा-यमुना का संगम । अलग-अलग नहीं किया जा सकता ऐसा एक-दूसरे का पूरक, एक-दूसरे का सहायक । अब इसको जो अलग-अलग करने का प्रयत्न करते हैं, उसके दुष्परिणाम सामने आते हैं । आप ठीक से परीक्षण करके देखिए। विज्ञान जिस समय धर्म का आधार छोड़ता है उस समय मानवता के लिए जिज्ञासा को दबा कर धर्म को विज्ञान से विमुख करने का प्रयत्न जब शुरू होता है तब धर्म, धर्म नहीं रहता है। गले की फांस बनने लगता है । संचित

किया हुआ या जमा हुआ पानी जैसे सड़ने लगता है उसी प्रकार रूढ़िवाद से जड़ता बढ़ती है । व्यक्ति, परिवार और समाज के लिए, देश और धर्म के लिए घातक भी होगा । ऋषि-मुनियों को इन दोनों परिस्थितियों की कल्पना थी और इसलिए उन्होंने हर बार इन दोनों का संगम किया, जिससे उसमें डुबकी लगाने वाला पाप मुक्त होगा और रोग मुक्त भी । हम हमारी अल्प बुध्दि और अल्प ज्ञान के अनुसार तथा अल्प अभ्यास से भी जो कुछ हमारे पास मां भगवती की कृपा से है, उसका उपयोग करके आज की युवा पीढ़ी को यह पवित्र संगम दिखाने का प्रयत्न कर रहे हैं । ये इतना भी इसलिए लिखा कि हमारे अल्प ज्ञान की मर्यादा ध्यान में रख कर इसे पढ़नेवाले की व्यक्तिगत शिकायतें हों (पत्र व्यवहार) अथवा प्रत्यक्ष मिलकर हमारे पास से व्यक्तिगत मार्गदर्शन की अपेक्षा न रखें तथा लेख में जो दिया है, जैसा दिया है उसे न समझते हुए वैसा का वैसा प्रयोग करने की अपेक्षा किसी अच्छे जानकार वैद्य से चर्चा करके (चर्चा के लिए यह जानकारी काम आएगी) फिर ही प्रयोग करना हितप्रद होगा । अर्थात अनायास होने वाले नुकसान को टाला जा सकेगा ।

अब हम फिर मूल विषय पर आते हैं । तुलसी के बाद महत्व की वनस्पति है दुर्वा एवं बिल्वपत्र । इन दोनों में एक समान विशेषता क्या है ? याद करिये । सही है । दुर्वा के भी तीन पत्ते और बिल्वपत्र के भी, क्यों ? आपने शहरों में चौराहे पर अथवा रेल्वे स्टेशन पर देखा होगा कि लाल बत्ती हो जाए तो आवागमन रुक जाएगा व हरी बत्ती होने पर आवागमन चालू हो जाएगा । बिजली के खम्भों पर विशेषतः ज्यादा वोल्टेज हो वहां तथा पावर हाउस के पास एक चित्र होता है, निशान होता है । खोपड़ी और दो हड्डियों का। यह निशान क्या बताता है, खतरा । मृत्यु का भय । विषैली वस्तु की बोतल पर ऐसा ही चित्र होता है । हम इन सब चीजों को वैज्ञानिक मानते हैं । और तीन पत्तों के दुर्वा और बिल्वपत्र को रूढ़ि अथवा बुध्दिहीनता, पिछड़ापन, अन्धश्रध्दा । जिसको जो शब्द सूझ जाएगा, उस भाषा में अपशब्द । ऊपर दी हुई बातें ऐसे ही प्रतीकात्मक हैं symbolic है । वैसे ही तीन पत्तों के बिल्वपत्र और दुर्वा भी प्रतीकात्मक, सूचनार्थ है।यह हमें क्या बताता हैं ? किसका प्रतीक है ? हमारे जीवन में हजारों प्रकार

के दुःख हैं परन्तु उन सभी दुःखों को ऋषि-मुनियों ने विज्ञान में उपयोग में ली जाने वाली पध्दति से वर्गीकरण कर केवल तीन भागों में बाँटा । आधिदैविक, आधिभौतिक और आध्यात्मिक । इसकी सविस्तार चर्चा पूर्व में की गई है । ये त्रिताप, तीन प्रकार के दुःख कफ, वात, पित्त ये तीन तथा सत्व, रज, तम ये तीन, स्वर्ग, मृत्यु, पाताल (ऋषियों का स्वर्ग में भी रस नहीं था, आनन्द नहीं था उनकी इच्छा मोक्ष प्राप्ति की थी) ये तीन लोक, इस सभी प्रकार के त्रिताप से मुक्त हों इसलिए ईश्वर की, की गई प्रतीकात्मक मौन प्रार्थना अर्थात तीन पत्तों के बिल्वपत्र अथवा दुर्वा । अब तीन पत्तों की वनस्पतियाँ और भी होंगी फिर इनका ही उपयोग क्यों? क्योंकि इनमें विशेष औषधीय गुण हैं इसलिए उनकी आपको अथवा आपके घर में किसी को अथवा मोहल्ले में, गांव में कई लोगों को जरूरत पड़ सकती है, इसलिए ये सहज उपलब्ध हों । बिल्वपत्र व बिल्वफल पेट के अनेक रोगों पर उत्तम दवा है । विशेषकर संग्रहणी जैसे रोगों पर । हम एक बार हमारी मानी हुई डॉक्टर पुत्री के घर विश्राम कर रहे थे । वह स्वयं भी सर्जन है । उस दिन उसके घर उसकी मौसी भी आई हुई थी । उसे बीमारी थी कि भोजन करने के तत्काल पश्चात शौच जाना पड़ता था । भोजन कर हाथ धोया कि तत्काल दौड़ना पड़ता। थोड़ा सा विषयान्तर करके एक मजेदार बात बताऊं ? यह वाक्य लिखने के सन्दर्भ में याद आया है । भविष्य में ये कहावत कभी काम में आएगी, अच्छे जानकार व्यवहारिक लोग कहते हैं- उधार न रखें तत्काल चुकावें । किसी भी बात की तत्काल वापसी करनी ही पड़ती है. कभी न कभी । ग्रामीण भाग में इसके लिए यह कहावत है। अर्थात क्या ध्यान में आया ? आपने भोजन किया दायें हाथ से। भोजन समाप्त होने पर हाथ धोते समय क्या करते हैं ? बायें हाथ से पानी दायें हाथ पर डालते हैं। आपका ही बायां हाथ इस उपकार की वापसी कितनी खराब रीति से करता है ? स्वाभिमान से जिएं। गले तक भर जाने तक किसी का उपकार स्वीकार नहीं करना चाहिए । क्षमा करिये । विषयान्तर हुआ परन्तु यह कहावत एकदम काम की है । उस महिला के विषय में बायां हाथ चार-छः घण्टे क्या, चार- छः मिनिट भी ठहरने को तैयार नहीं । हाथ धोया कि तत्काल शौच को । और उस महिला का खाया हुआ वैसे ही शरीर से

वापस निकल जाता। एलोपैथी की औषधि का कोई लाभ नहीं हुआ। उसकी भान्जी ही डॉक्टर थी ।

डॉक्टर ने उपचार किया । अन्त में अहमदाबाद में एक वैद्य के पास गई । वैद्य ने उसकी फीस व दवा की कीमत मिला कर पांच हजार रुपये होंगे, बताया। उनकी आर्थिक परिस्थिति साधारण थी । महिला वापस आ गई । और पांच हजार रुपये की व्यवस्था करने के लिए अपनी भान्जी के पास आई । हमने उस महिला को बताया कि तुम बिल्कुल मामूली खर्च का एक प्रयोग महीना भर करके देखो । तुम छोटे गांव में रहती हो, बिल्वफल तो मुफ़्त मिलेगा । वह बोली, हाँ । हमने कहा- बिल्व के फल का खोल निकालिये । गीला हो तो सुखाइये। उसका चूर्ण बनाइये व वह चूर्ण गाय के दूध की छाछ (रोज के दूध के दही को बिलो कर उसकी छाछ बनावें अर्थात खट्टी न हो) के साथ भोजन करने के तत्काल बाद पीजिये । बिल्व पत्र व फल औषधीय वस्तु है । ऐसा कहते हैं कि समुद्र मन्थन में से जो अमृत कलश निकला, वह देवता लेकर भाग गए । कलश लेकर भागते समय थकने पर (उसे उन्होंने जहां रखा, वहां कुम्भ मेला शुरू हो गया) जहां रखा, उस समय एक दो बूंद जमीन पर गिर गई, उससे दुर्वा की उत्पत्ति हुई । दुर्वा की उत्पत्ति अमृत से हुई, इसलिए जिस जमीन में दुर्वा होगी, वहां से स्थायी रूप से दुर्वा को कभी निकाला नहीं जा सकता (खोदे या हल चलावें) । दुर्वा को उखाड़ लो थोड़ी देर उससे समाधान होगा और फिर देखोगे वहां पुनः दुर्वा उग आई है । दुर्वा वीर्यवर्धक और वीर्यवर्धक कहने की अपेक्षा शुक्राणुवर्धक (spirm) है। जिस दम्पत्ति को सन्तान नहीं हो और यदि पुरुष के शुक्राणु की संख्या कम हो तो शुक्राणु की संख्या बढ़ाने के लिए सबसे उत्तम उपाय कांचापाक आयुर्वेदिक दवा के साथ दुर्वा भी लीजिये । थोड़ी दुर्वा चबाकर अथवा चटनी बना कर अथवा रस निकालकर जैसा हो सके, वैसा परन्तु उत्तम मार्ग चबाकर खांना है । दुर्वा लेने के लिए बकरी की तरह चबाने की बजाय गणपति की पूजा कर मंत्र बोलते हुए उस पर २१ दुर्वा चढ़ावें व उस चढ़ाई हुई दुर्वा को गणपति का प्रसाद समझ कर मन्त्र से अभिषिक्त हुई दुर्वा यदि ग्रहण की तो क्या गणपति की कृपा से होने वाली सन्तान अधिक संस्कारी नहीं होगी ? घर में पूजा हो, मंगल कार्य हो, तो तोरण

बांधना चाहिए (अपने घर में व गांव में बीच- बीच में ऐसे तोरण किसी न किसी को लगाने होते हैं) तोरण किसका आम के पत्ते या अशोक के पत्ते । पूर्व के संस्कृत साहित्य में कई स्थानों पर इसका उल्लेख मिलता है कि राजे रजवाड़े के बाग में रानीजी के हाथ से (विवाह होने के बाद तुरंत ही) अशोक वृक्ष लगाए जाते थे । जिसका नाम ही अ-शोक" आम के जैसा ही घेर और बड़ा । क्या रहस्य था इसमें? अनेक स्त्रियों को मासिकधर्म के संबंध में कई प्रकार की कठिनाइयां, कष्ट होता है । प्राचीन काल की महिलाओं को कुछ बातें पुरुषों को (वैद्यों को) कहने में संकोच का अनुभव होता था । अनियमित, न्यूनाधिक रक्त स्त्राव, कमर का दुखना आदि । मासिक धर्म में इस तरह का दर्द और कष्ट हो तो अशोक वृक्ष के नीचे बैठें, कैसे बैठना है, इसके लिए पीठ से कमर तक का पूरा भाग उस वृक्ष के तने को स्पर्श करते हुए बैठें । केवल पांच मिनिट । रोज और कम से कम एक महीना । दूसरा किसी भी प्रकार का उपचार नहीं चाहिए । औषधि न लेते हुए भी आराम होगा । वट वृक्ष और पीपल की बात ही अलग है ।उसका उपयोग पूजा में न करते हुए उनकी ही पूजा करने का विधान है, किसलिये ? कृतज्ञता व्यक्त करने के लिए । इनके बहुत उपकार हैं हम पर । आपको मालूम है ? हमारे जीवन के लिए आवश्यक प्राणवायु (oxygen) पीपल का वृक्ष चौबीसों घण्टे देता है । अन्य वनस्पतियां दिन में प्राणवायु देती हैं व कार्बनडाईआक्साइड छोड़ती हैं परन्तु, पीपल, तुलसी चौबीस घण्टे कार्बनडाईआक्साइड (CO_2) ग्रहण करते हैं और प्राणवायु (O_2) छोड़ते हैं इसलिए ये दोनों वनस्पति हमारे जीवन के लिए अत्यंत आवश्यक है ? जिस प्रकार पीपल के औषधीय गुण हैं वैसे ही वटवृक्ष के भी । इन दिनों भूला हुआ (और परिणामस्वरूप पापाचार बढ़ाने वाला) पुंसवन संस्कार (गर्भधारणा के पश्चात् पुत्र प्राप्ति के लिए करने का संस्कार) और उस संस्कार के लिए अत्यावश्यक वनस्पति वटवृक्ष के फल ।

पूजा की बात करें तो फूल आएंगे ही "नाना सुगंधी पुष्पाणि यथा कालद्भवविते" नाना सुगंधित पुष्प । इन दिनों रोग निवारण के लिए और एक उपचार पध्दति शुरू हो गई है । Aroma Therapy अरोमा थेरेपी अर्थात विविध रोगों पर रोगियों को विशिष्ट सुगन्ध सूंघने को देने की पध्दति । सूंघने से रोग दूर

होने में मदद होती है। और भी एक पध्दति म्युजिक थेरेपी यानी संगीत से उपचार की पध्दति है। अपने विषय को एक तरफ कर थोड़ा विषयान्तर करके एक मजेदार बात कहता हूं, क्रोध मत करना । यह जानकारी भी कुछ काम आएगी । इन दिनों युवा लड़कियों को घर के काम पसन्द नहीं होते- सफाई करना, पोछा लगाना, कपड़े धोना, पानी भरना आदि । वहीं दूसरी ओर स्वास्थ्य लाभ के लिए, आरोग्य व शरीर सौष्ठव के लिए महंगे क्लब, व्यायाम केन्द्रों में जाएंगी । यूरोप महाव्दीप में प्रकाशित एक अनुसंधान पेपर में कहा गया है कि ऊपर उल्लेख किये घर के काम करने वाली स्त्रियों को स्तन कैंसर होने की सम्भावना बहुत कम होती है । क्लब के व्यायाम से अधिक लाभ नहीं होता । क्या यह विषयान्तर हमने व्यर्थ में ही किया है ? नहीं । जानबूझकर किया । चतुरबुध्दि लोगों के ध्यान में यह आ जाएगा कि हमें क्या कहना है । हम लोगों ने पूजा करना ही छोड़ दिया है । नाना सुगंधी पुष्पाणि केवल शब्द ही बचे हैं । पूजा करते समय उस सुगन्ध से अपने आप लाभ मिलता था, तन-मन प्रसन्न रहता था, रोग दूर भागते थे और उसके लिए इत्र अथवा फूलों के अर्क का प्रयोग करना पड़ता है । पूजा करने से एक तो मानसिक शान्ति और प्रसन्नता मिलती है । उसमें उपयोग में ली जाने वाली विभिन्न सामग्री से स्वास्थ्य भी अच्छा रहता है । पूजा में कहे जाने वाले स्तोत्र, मंत्र, श्लोक, प्रार्थना, भजन, आरती तथा जिस समय मधुर ध्वनि की घण्टी बजती है, वे सभी म्युजिक थेरेपी का काम करते हैं । मानसिक प्रसन्नता और स्वास्थ्य का धर्म और विज्ञान की दृष्टि से संगम याने पूजा सामग्री श्लोकों में कहा गया है नाना सुगंधी पुष्पाणि परंतु पूजा में गुडंहल, धतूरा, रुई वगैरह का भी यथा योग्य स्थान पर समावेश होता है । कारण हैं उसके औषधीय गुण । जैसे रुई के लिए संस्कृत नाम है "कनक" (सोना) और उससे आयुर्वेद में दवा है । किसी गरीब के लिए बाजार की ये दवाइयां महंगी पड़ेंगी ना ? एक वैद्य ने इस पर मुझे उपाय बताया (कृपया यह पढ़ते ही प्रयोग मत करना, किसी अनुभवी या जानकार व्यक्ति से पहले पूरी जानकारी लेना तथा उसकी देखरेख में प्रयोग करना । यहाँ केवल एक विषय की जानकारी के लिए लिख रहा हूं) कच्ची रुई का थोड़ा सा दूध उड़द के कच्चे पापड़ पर चारों तरफ लगावें व वह सेक

कर खावें तो कनकासव का काम करेगा । कनकासव एलर्जिक दमा (अस्थमा) व वातावरण (गर्मी,वर्षा,सर्दी) बदलने से जिनको खासी, कफ होता है, उनके लिए उत्तम दवा है । बाल झड़ रहे हों तो जास्वंदी के दस-पन्द्रह फूल 250ग्राम शुध्द नारियल के तेल में अच्छा गरम कर लो (दोनों बातों का अर्थ एक ही है कि उसका अर्क उतरना चाहिए) ठण्डा होने के बाद रोज थोड़े-थोड़े तेल से सिर में मालिश करें । बालों का झड़ना बन्द हो जाएगा (यह प्रयोग करने में कोई आपत्ति नहीं) वैसे ही कुछ लोगों को एक विचित्र रोग होता है। सिर पर कहीं भी वर्तुलाकार या चक्राकार टक्कल पड़ने जैसा होता है । वहां के बाल गुच्छे के गुच्छे बिल्कुल उड़ जाते हैं । यह एक प्रकार का सिर की त्वचा का रोग है । जास्वंदी के फूल गोमूत्र में मिला कर उन पर लगाइये। पारिजात के लिए सत्यभामा ने जिद की थी और श्रीकृष्ण को वह इन्द्र से लड़कर लाना पड़ा। सत्यभामा को पारिजात किसलिए चाहिये था पता नहीं । परन्तु हम उसका एक प्रयोग बताते हैं संधिवात, घुटना दुखने वाले करके देखें । हमारे पास एक डॉक्टर अपनी पत्नी सहित आते थे । दो-तीन बार डॉक्टर अकेले आए, उनकी पत्नी नहीं आई । एक बार मैं उनके घर गया तब यह विषय निकला । उस समय महिला ने हमसे कहा -स्वामी जी मैंने आश्रम में आना इसलिए बन्द किया कि आपके सामने कुर्सी पर बैठना उचित नहीं है और नीचे बैठा नहीं जाता । नीचे बैठने पर पांवों को लम्बा रखना पड़ता है, पालथी मारकर बैठा नहीं जाता, आपके सामने पांव पसार कर कैसे बैठूं ? वैसे ही सीढ़ियां चढ़ना तो क्या दो-तीन सीढ़ियां चढ़ने पर ही आंखों में पानी आ जाता है। हमने कहा एक प्रयोग करके देखें । पारिजात के वृक्ष की चौबीस-पच्चीस पत्तियां दो गिलास पानी में उबालें । पानी एक ग्लास रह जाए तब तक । उसके बाद ठण्डा करके छान लें । सुबह भूखे पेट लें। थोड़ा कडवा लगेगा पर एक-दो चम्मच शक्कर डाल कर लें । चालीस दिन लें। प्रयोग वैसे बिल्कुल सरल है पर परहेज थोड़ा कठिन है । चालीस दिन तक नमक वर्जित है, कुछ भी खाइये, कभी भी खाइये, कितना भी खाइये, ये आपको देखना है पर किसी भी पदार्थ में कोई भी नमक (सादा व सेंधा) न हो, बिना नमक केवल । केवल चालीस दिन और चमत्कार हुआ, उस महिला के घुटने दर्द होना बंद हो गया (सत्यभामा ने क्या

इसलिए ही मंगाया था ?) पारिजातक के फूल भी दवा ही हैं । सफेद कोढ. के लिए उससे दवा तैयार करते हैं, ऐसा भी हमारे पढ़ने में आया है । गुलाब, कमल, केवड़ा, गेंदा, चमेली, अनेक तरह के शारीरिक रोगों पर लाभदायक हैं । आयुर्वेद में इसका विस्तार से वर्णन है । जिज्ञासुओं को उससे जान लेना चाहिए । विस्तार भय व हमारे आयुर्वेदिक अल्प ज्ञान के कारण हम इस विषय का विस्तार नहीं कर रहे है । इतना ही बता रहे हैं चमेली के फूल चबाना दांतों का रोग (पायरिया वगैरह) व मुंह में छाले हो गए हों तो अत्यंत लाभदायक है । कमल हृदय रोग, गर्भावस्था में रक्तस्त्राव वगैरह में तो गुलाब आंखों के रोगों के लिए, स्त्रियों का श्वेत प्रदर, बध्दकोष्ठता, कमजोरी, चक्कर, मानसिक तनाव (Depression) में लाभदायक है । इसका उल्लेख इसलिए किया है कि आपकी जिज्ञासा बढ़े व आप स्वयं ज्ञान प्राप्त करने का प्रयत्न करें । पूजा में वनस्पति व फूलों के अतिरिक्त दो महत्वपूर्ण बातें रह गई हैं । ताम्बे के अथवा चांदी के बर्तन । पंचामृत के संबंध में मात्र एक बात खास तौर पर कहता हूं, किसी भी रोग, रक्तस्त्राव से या अन्य कारणों से उत्पन्न कमजोरी पर (weakness) बाजार के किसी भी टॉनिक की अपेक्षा (एलोपैथी का हो या आयुर्वेद का या यूनानी) रोज सुबह एक प्याला भर पंचामृत लेना अत्यन्त लाभदायक व त्वरित परिणाम देने वाला है, यह हम अनेक लोगों के अनुभव से कह रहे हैं । विषय समाप्त होने के पहले यज्ञ का भी उल्लेख कर रहे हैं । पाश्चात्य जगत के डॉक्टरों और अनुसंधानकर्ताओं ने इस विषय पर अनुसंधान किये हैं, हम नहीं करते । डॉक्टर एम मोनिया अपने "एन्सन्ट" (Ancient history and Medicine) में लिखते हैं, कि रोगों को भगाने का सादा और सरल उपाय है यज्ञ । यज्ञ से कई प्रकार के रोग कारक जन्तु (कीटाणु) व बैक्टीरिया का नाश होता है । दूसरे एक वैज्ञानिक फ्रांस के डॉक्टर फाक्रिन ने तो ऊपरी विधान से प्रयोग करके यज्ञ में घी और शक्कर की आहुति देने से रोग जन्तुओं का नाश होता है, यह सिध्द करके दिखाया है । डॉक्टर टाटेलिटे ने सूखे मेवे का हवन कर अनुसंधान किया कि इस हवन से टाइफाइड के जन्तु विशेष रूप से नष्ट होते हैं । टाइफाइड के जन्तु केवल आधे घण्टे में ही तो बाकी के जंतु दो घण्टे में नष्ट होकर यज्ञ भूमि के आसपास

का वातावरण शुध्द व रोग जन्तु रहित होता है । दूसरे एक डॉक्टर ने (डॉक्टर लोन हार्ट और उनके साथी डॉक्टर वान मेडुंआ) कुछ रोगियों को विविध औषधी द्रव्य एकत्र करके (बिना तम्बाकू के) बीड़ियां तैयार करके उनसे धूम्रपान कराया। उससे बड़ा लाभ बहुत कम समय में होता है, यह प्रयोग से सिध्द करके दिखाया। क्योंकि गोली, चूर्ण, द्रव इन दवाओं की अपेक्षा 'धूम्र' (धुआं) अधिक सूक्ष्म होने से वह शरीर में शीघ्र मिलकर प्रभाव करने लगता है । यज्ञ में भी धुआं ही निकलता है । यज्ञ में तो स्तोत्र, मन्त्र, श्लोक, भावभक्ति, प्रेमप्रार्थना और अनेक सुगन्धित द्रव्य मिला कर एरोमा थेरेपी, म्युजिक थेरेपी, स्तोत्र मंत्र की तरंग, प्रार्थना का प्रभाव तथा वातावरण निर्माण, सकारात्मक भावना का विस्तार ये सभी बातें एकत्र होने से यज्ञ भी रोग निवारण के लिए सहायक होता है । घर का वातावरण कीटाणु मुक्त, शुध्द और प्रसन्न होता है । हमारी संस्कृति में यज्ञ को बहुत महत्व दिया गया है । जैसे बाजार व्यापारीकरण, विश्वशान्ति के नाम पर सैकड़ों क्या, हजारों कुण्डों का यज्ञ आयोजन एक दम्भ व दिखावा तथा स्वार्थ मात्र है, संस्कृति की विकृति है ।

फिर एक बार अन्त में नम्रता पूर्वक कहता हूँ- हमारा यह सारा प्रवचन व लेख के पीछे का उद्देश्य इतना ही है कि युवा पीढ़ी को ऋषि-मुनियों के प्रति, प्राचीन संस्कृति के प्रति आदर और गर्व का अनुभव हो व जिन बुध्दिजीवियों और तर्कवादियों को यह सब अर्थहीन, अंधश्रद्धा, अवैज्ञानिक लगता है, उनके दृष्टिकोण में परिवर्तन हो ।

....

(स्तोत्र मन्त्र विज्ञान इस पुस्तिका की पहली आवृत्ति के पश्चात् हमें पूरे महाराष्ट्र से, धुले, जलगांव से दक्षिण में कर्नाटक के तलेगांव तक, मुम्बई से नागपुर तक, चन्द्रपुर जिले से रत्नागिरी जिले तक सभी जगहों से अनेक फोन व पत्र आए। सच कहूं इस बात की मुझे कोई प्रसन्नता नहीं हुई क्योंकि सबकी जिज्ञासा, प्रश्न एक ही स्थान पर केन्द्रित थी स्तोत्र, मंत्र से रोगोपचार। शेष प्रकरणों के विषय में अर्थात तिथि मुहूर्त अथवा स्तोत्र मन्त्र विज्ञान के विषय में लोगों ने किसी प्रकार की जिज्ञासा नहीं दिखाई, इसका हमें दुख हुआ । पुस्तिका का उद्देश्य केवल रोगों की चर्चा करने का नहीं था और ना अपनी संस्कृति कैसी विज्ञान आधारित है, इस बात की चर्चा करने का था । इस पर किसी ने ध्यान नहीं दिया, इसलिए कहता हूं कृपा करके कोई भी हमसे फोन, पत्र, प्रत्यक्ष सम्पर्क, स्तोत्र, मंत्र से रोगोपचार के लिए प्रश्न न करें, यह नम्र प्रार्थना है । आध्यात्मिक जिज्ञासुओं का सम्पर्क के लिए स्वागत है ।)

....

पढ़िये, समझिये और लाभ उठाइये । ध्यान में रखिए और प्रयोग करके देखिए

1. सूर्यनारायण, रविवार और नमक का परस्पर सम्बन्ध क्या है, यह अनुसंधान का विषय है पर हमारे व्दारा करके देखे गये प्रयोगों को कल्पनातीत यश मिला है । आप भी करके देखिए ।

अ) एक वृध्द के पांव पर पांच वर्ष से सूजन थी । सभी प्रकार की दवाओं के प्रयोग हुए । कोई लाभ नहीं मिला । हमने उन्हें रविवार को नमक खाने से मना किया । कुछ भी खाइए, कभी भी खाइए और कितना भी खाइए, यह आपको ही तय करना है । केवल नमक नहीं खाना है । पांच रविवार के पश्चात ही उनके पांवों की सूजन उतर गई ।

इसके पश्चात यही प्रयोग एक वृध्दा और उसकी 50 वर्ष से अधिक उम्र की पुत्री पर किया । उसके पांव की सूजन भी उतर गई । एक युवक को फायलेरिया - हाथी जैसा पांव बीमारी की केवल शुरुआत ही हुई थी, उस पर भी यह प्रयोग किया, रोग टल गया । शरीर के किसी भी भाग पर और आंतरिक सूजन पर कइयों पर प्रयोग किये, सबको लाभ हुआ । करके देखिए । दूसरों को बताइये ।.

ब) एक डॉक्टर ने एक महिला रोगी की उसी की उपस्थिति में शिकायत की । "स्वामीजी सप्ताह में एक बार मेरा दिमाग चाटती है । प्रत्येक सप्ताह में अलग-अलग बीमारी लेकर आ जाती है । एक सप्ताह में इसे सर्दी लगकर सिर दुखता है तो दूसरे सप्ताह में इसकी कमर दुखने लगती है और तीसरे सप्ताह में पेट में दर्द होने लगता है । हर बार दवा ले जाकर और खाकर यह भले ही नहीं थकती हो, मै जरूर दवा दे-देकर थक गया हूँ । हमने उसका भी रविवार का नमक खाना बंद कर दिया । दो-तीन सप्ताह में ही उसकी सारी बीमारियां समाप्त हो गईं । डॉक्टर

के पास जाना और दवा लाना बंद । जिनकी ऐसी स्थिति है, प्रति सप्ताह अलग-अलग स्वास्थ्य समस्याएं उभरती हैं, उन्हें रविवार के दिन नमक का सेवन बंद करना चाहिए । प्रयोग करके देखिए और इसका लाभ उठाइये ।

क. त्वचा संबंधी बीमारियों में भी औषधि के साथ बिना नमक का रविवार शीघ्र लाभ पहुंचाता है ।

ख. उच्च रक्तचाप पर अधिक उच्च स्तर का नहीं सामान्य से थोड़ा ऊपर हो तो उसे भी यह प्रयोग करना चाहिए । लाभ होगा ।

ग. संभव हो तो प्रतिदिन उत्तम, नहीं तो प्रत्येक रविवार प्रातः सूर्योदय के समय गायत्री मंत्र से हवन करें। घर की सर्वांगीण शुध्दि हेतु तथा परिवारजनों के शारीरिक, मानसिक स्वास्थ्य के लिए लाभदायक रहेगा।

घ. मधुमेह (डायबीटिज) के रोगी के लिए भी गायत्री मंत्र लाभदायी है । प्रतिदिन 1200 मंत्र जप करें तो इन्सुलिन की आवश्यकता कम होगी ।

ङ. जिनकी जन्मपत्रिका में 1.सूर्य व राहु 2. चन्द्र व राहु 3. गुरु व राहु युति हो अथवा चन्द्र के पीछे व आगे के घर में कोई ग्रह न हो उनके लिए गायत्री मंत्र व गुरु मंत्र जाप लाभदायी रहता है । सूर्य, राहु, युति, बुध्दि को भ्रमित या विकृत करती है, पिता के लिए दुखद होती है तथा चन्द्र-राहु युति मानसिक चंचलता और विकृति बढ़ाती है, माता के लिए दुखद होती है । गुरु राहु चाण्डाल योग तथा चन्द्र के आगे पीछे ग्रह का न होना केमद्रूम योग ये दोनों दरिद्रता ला सकते हैं । गायत्री मंत्र से इस दुर्योग की शक्ति क्षीण होती है ।

च. प्रायः बीमार पड़ने वाले के लिए पूर्णिमा का व्रत (दिन में फल या दूध और सायं सूर्यास्त पूर्व सादा भोजन, सूर्यास्त पश्चात भी हो सकता है) लाभदायी है ।

छ. भारी आर्थिक कठिनाइयां हों तो प्रतिदिन प्रातः अथवा सायंकाल (दोनों बार हो तो उत्तम) श्रीसूक्त का पाठ तथा प्रत्येक रविवार श्रीसूक्त की 16 आवृत्तियों से लक्ष्मी के रजत के सिक्के पर अथवा लक्ष्मी प्रतिमा पर अभिषेक करवाएं तो लाभ होता है । आर्थिक कठिनाइयां दूर होती हैं ।

ज. अभी-अभी के कुछ अनुसंधानों का निष्कर्ष निकला है कि जिन्हें रविवार के दिन हृदयाघात हुआ हो, उनके जीवन की संभावना क्षीण होती है । रविवार, सूर्य व हृदयाघात का आपस में क्या संबंध है, इस पर अभी भी अनुसंधान चल रहा है परन्तु अपने जीवन में ऐसी संभावना टालने के लिए सूर्योपासना करना उत्तम है ।

फ. आप एकादशी का व्रत रख सके तो बहोत अच्छा नही तो एकादशी के दिन चावल, खिचडी (चावल के कोई भी पदार्थ) खाना वर्जीत करे । इससे वातविकार (पेट मे गॅस) व कमर दर्द ये तकलीफे कम होगी ।

....

श्री ज्ञानेश्वरी
अध्याय दहावा

ॐ नमो विशदबोधविदग्धा । विद्यारविंदप्रबोधा । परापरमप्रमदाविलासिया ।।१।। नमो संसारतमसूर्या । अपरिमिता परमवीर्या । तरुणतमतुर्यालनलीला ।।२।। नमो जगदखिलपालना । मंगळमणिनिधाना । सज्जनवनचंदना । आराध्यलिंगा ।।३।। नमो चतुरचित्तचकोरचंद्रा । आत्मानुभवनरेंद्रा । श्रुतिसारसमुद्रा ।मन्मथमन्मथा ।।४।। नमो सुभावभजनभाजना । भवेभकुंभभंजना । विश्वोद्भवभुवना । श्रीगुरुराया ।।५।।

....

अध्याय बारावा

जय जय शुद्धे । उदारे प्रसिद्धे । अनवरत आनंदें । वर्षतिये ।।१।। विषयव्याळें मिठी । दिधलिया नुठी ताठी । ते तुझिये गुरुकृपादृष्टी । निर्विष होय ।।२।। तरि कवणातें तापु पोळी । कैसेनि वो शोकु जाळी । जरि प्रसादरसकल्लोळीं । पुरें येसि तूं ।।३।। योगसुखाचे सोहळे । सेवकां तुझेनि स्नेहाळे । सोहंसिद्धीचे लळे । पाळिसी तूं ।।४।। आधारशक्तीचिया अंकीं । वाढविसी कौतुकीं । हृदयाकाशपल्लकीं । परिये देसी निजें ।।५।। प्रत्यकूज्योतीची वोवाळणी । करिसी मनपवनाची खेळणीं । आत्मसुखाची बाळलेणीं । लेवविसी ।।६।। सतरावियेचे स्तन्य देशी । अनाहताचा हल्लरु गासी । समाधिबोधें निजविसी । बुझाऊनि ।।७।। म्हणोनी साधकां तूं माउली । पिके सारस्वत तुझिया पाउलीं ।

या कारणें मी साउली । न संडी तुझी ।।८।। अहो सद्गुरुचिये कृपादृष्टी । तुझें कारुण्य जयातें अधिष्ठी । तो सकळ विद्यांचिये सृष्टी । धात्रा होय ।।९।। म्हणोनि अंबे श्रीमंते । निजजनकल्पलते । आज्ञापीं मातें । ग्रंथनिरूपणीं ।।१०।। नवरसीं भरवीं सागरु । करवीं उचित रत्नांचे आगरु । भावार्थाचे गिरिवरु । निफजवीं माये ।।११।। साहित्यसोनियाचिया खाणी । उघडवी देशियेचिया क्षोणी । विवेकवल्लीची लावणी । हों देईं सैंघ । १२।। संवादफळनिधानें । प्रमेयाचीं उद्यानें । लावी म्हणे गहनें । निरंतर ।।१३।। पाखांडाचे दरकुटे । मोडीं वाग्वाद अव्हांटे । कुतर्कांचीं दुष्टें । सावजें फेडीं ।।१४।। श्रीकृष्णगुणीं मातें । सर्वत्र करीं वो सरतें । राणिवे बैसवीं श्रोते । श्रवणाचिये ।।१५।। ये मऱ्हाठियेचिया नगरीं । ब्रह्मविद्येचा सुकाळु करीं । घेणें देणें सुखचिवरी । हों देईं या जगा ।।१६।।

....

स्तोत्र मंत्र एवं विज्ञान
यानी पूर्व-पश्चिम का संगम
ऐसा वास्तव में हम मानते हैं
परंतु यह सत्य नहीं है
इसे हम नहीं जानते

स्तोत्र, मंत्र, ध्वनिशास्त्र
एवं मनुष्य का चित
हमारे पूर्वजों द्वारा
किया गया इनका अनोखा संगम
क्वचित ही देखने को मिलता है.

हमारी ही संस्कृति की इन
अद्भूत विशेषताओं का
हमें ही पता नहीं होता.

स्वामी सवितानंद
उच्च शिक्षणोत्तर संन्यासी
इसीलिए स्तोत्र मंत्र में छुपा
विज्ञान समझाने वाले
योग्य अधिकारी व्यक्ति

पुस्तक को पढ़ने के पश्चात्
आज तक प्रतीत होने वाले
केवल कर्मकांड
साधना में जाएंगे बदल
प्रपंच और परमार्थ का
साध्य होगा सुंदर मेल
ईश्वर एवं हमारे बीच के अंतर
का मिट जाएगा खेल.